

Cuisinart®

INSTRUCTION AND RECIPE BOOKLET



Premier Series 9-Cup Food Processor

DLC-2009M Series

For your safety and continued enjoyment of this product, always read the instruction book carefully before using.

Recommended work bowl capacity for various foods

FOOD	CAPACITY
Chopped fruits and vegetables	8 cups processed food
Chopped or puréed meat, poultry, fish or seafood	1¼ pounds meat, cut into 1-inch or smaller cubes, chilled
Bread dough	4 cups flour (32 ounces), yielding two 1-pound loaves
Pizza dough	3 cups flour (26 ounces), yielding three 12-inch pizzas
Nuts for nut butters	4 cups (20 ounces)
Sliced or shredded fruit, cheese, or vegetables	9 cups (total processed volume varies by food)
Cake batter	1 box (18.5 oz.) cake mix batter for three 8-inch layers
Cookie dough	dough for about 50 cookies (2 pounds)
Thin liquids (such as custard for quiche or cheesecake batter)	2¾ cups
Thick liquids	6 cups
Puréed cooked fruits and vegetables	7 cups cooked, yielding approximately 4 cups thick purée
Puréed soft fresh fruits (berries, kiwis, peaches, etc.)	7 cups fresh, yielding approximately 4 cups thick purée

IMPORTANT UNPACKING INSTRUCTIONS

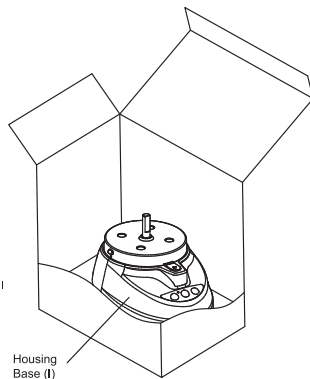
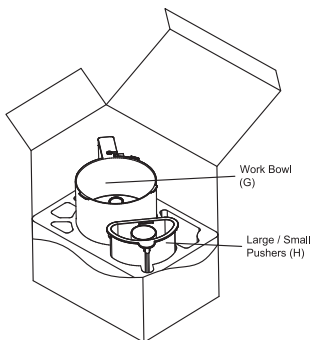
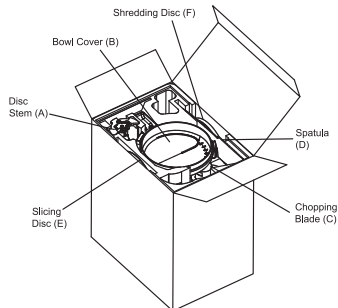
This package contains a Cuisinart Premier Series 9- Cup Food Processor, and the standard parts for it: work bowl, work bowl cover, large and small pushers, metal chopping/mixing blade, slicing disc, shredding disc, detachable disc stem for discs, spatula and recipe/instruction book.

CAUTION: THE CUTTING TOOLS HAVE VERY SHARP EDGES. To avoid injury When unpacking the parts, please follow these instructions.

1. Place the box on a low table or on the floor next to the kitchen counter or table where you intend to keep the food processor. Be sure the box is right side up.
2. Remove the instruction booklet and flat cardboard. You will see a rectangular block of plastic foam that holds the processor parts, each fitted into a cavity in the foam.
3. The detachable disc stem for the discs (A) sits in a cavity in one corner of the foam block. Remove this first.
4. The bowl cover (B) sits in the center of the foam block. Remove this next.
5. The metal chopping blade (C) sit in the cavity. Remove it next.
6. The plastic spatula (D) is on one long side of the foam block. Remove it next.
7. The slicing disc (E) is on the long side of the foam block: the shredding disc (F) is on the other side. Slide them out **WITH GREAT CARE; THE BLADES ARE VERY SHARP.**
8. Lift out the top foam block.
9. Lift work bowl (G) and large/ small pushers (H) from the middle foam block.
10. Lift out the middle block.
11. Now only the housing base (I) is at the bottom of the box. Use both hands to lift the base out of the box and place on the counter.
12. Assemble the bowl onto the base by positioning the handle to the left of center and turning it counterclockwise to lock it onto the base.
13. Save the shipping cartons and plastic foam blocks. You will find them very useful if you need to repack the processor for moving or other shipment.

Note: We recommend that you visit our website, www.cuisinart.com, for a fast, efficient way to complete your product on line registration.

WHEN REMOVING BLADE: CAREFULLY REMOVE THE METAL BLADE BY GRASPING THE METAL BLADE BY GRASPING THE CENTER WHITE HUB AND LIFTING IT STRAIGHT UP. NEVER TOUCH THE BLADES, AS THEY ARE RAZOR SHARP.



CONTENTS

Recommended Work Bowl Capacities. . . 2	Making Consecutive Batches. 13
Unpacking Instructions 3	Bread Dough Problems and Solutions. . 14
Important Safeguards. 5	Sweet Dough Problems and Solutions. . 15
Introduction 6	Preparing Food For Slicing and Shredding 15
Machine Includes 7	Round Fruits and Vegetables 15
Assembly Instructions 7	Whole Peppers. 15
Machine Functions. 8	Large Fruits Like Pineapple 15
Operating Instructions 8	Cabbage and Iceberg Lettuce 15
Chopping, Puréeing & Mixing with Metal Blade. 9	Packing Feed Tube for Desired Results 15
Chop Raw Fruits and Vegetables. 9	Practicing Slicing and Shredding. 16
Purée Fruits and Cooked Vegetables. . . 9	Removing Sliced or Shredded Foods . . 16
To Dislodge Food 9	Slicing and Shredding Techniques. . . . 16
Chop Hard Food. 9	Small, Round Fruits and Vegetables . . 16
Chop Fresh Herbs 9	Long Fruits and Vegetables 16
Chop Peel from Citrus Fruit and Sticky Fruit Like Dates 10	Small Amounts of Food 16
Chop Meat, Poultry and Seafood. 10	French-Cut Green Beans 16
Purée Meat, Poultry and Seafood 10	Matchsticks or Julienne Strips. 16
Chop Nuts 10	Cooked Meat and Poultry 16
Make Peanut Butter, Nut Butters 10	Uncooked Meat and Poultry 17
Make Flavored Butters, Spreads and Dips. 10	Salami and Other Sausages. 17
Make Mayonnaise 10	Slicing and Shredding Cheese. 17
Beat Egg Whites. 11	Cleaning and Maintenance. 18
Whip Cream 11	For Your Safety. 19
Make Crumbs and Crumb Crusts 11	Technical Data 19
Make Pastry 11	Warranty. 19
Make Quick Breads and Cakes 11	Recipes. 21
Kneading Yeast Dough. 12	
Machine Capacity. 12	
Measuring the Flour 12	
Proofing the Yeast 12	
Processing Dry Ingredients 13	
Adding Liquids 13	
Kneading Bread Dough 13	
Kneading Sweet Dough 13	
Rising 13	
Shaping, Finishing and Baking. 13	

Carefully read all instructions before using this appliance.

IMPORTANT SAFEGUARDS

Always follow these safety precautions when using this appliance.

Getting Ready

1. **READ ALL INSTRUCTIONS.**
2. **Always unplug from outlet when not in use, before putting on or taking off parts, before removing food and before cleaning. To unplug, grasp plug and pull from electrical outlet. Never pull cord.**
3. **Blades are sharp.** Handle them carefully.
4. Do not use outdoors.
5. Do not let cord hang over edge of table or counter, or touch hot surfaces.
6. Do not operate any appliance with damaged cord or plug, or after appliance has been dropped or damaged in any way. Return appliance to the nearest authorized service facility for examination, repair, or electrical or mechanical adjustment.

Operation

1. Keep hands as well as spatulas and other utensils away from moving blades or discs while processing food, to prevent the possibility of severe personal injury or damage to food processor. A plastic scraper may be used, but only when the food processor motor is stopped.
2. Avoid contact with moving parts. Never push food down into feed tube by hand when slicing or shredding. Always use pusher.
3. Make sure motor has completely stopped before removing cover. (If machine does not stop within 4 seconds after you remove the pusher assembly, unplug and call 1-800-762-0190 for assistance. Do not use the machine.)
4. Never store the blade or discs on motor shaft. To reduce the risk of injury, no blade or disc should be placed on the shaft except when the bowl is properly locked in place and the processor is in use. Store the blade and discs as you would sharp knives, out of reach of children.
5. Be sure cover and feed tube are securely locked in place before operating food processor.

6. Never try to override or tamper with cover interlock mechanism.

Cleaning

To protect against risk of electrical shock, do not put base in water or other liquid.

General

1. This appliance should not be used by or near children, or individuals with certain disabilities.
2. Do not operate this, or any other motor-driven appliance, while under the influence of alcohol or other substances that affect your reaction time or perception.
3. This food processor is UL listed for household use. Use it only for food preparation as described in the accompanying recipe and instruction book.
4. The use of attachments not recommended or sold by Cuisinart may cause fire, electrical shock or personal injury, or damage to your food processor.
5. To avoid possible malfunction of work bowl switch, never store processor with pusher assembly in locked position.
6. Maximum rating of 5.5 amperes is based on attachment that draws greatest current. Other recommended attachments may draw significantly less current.
7. Do not operate your appliance in an appliance garage or under a wall cabinet. **When storing in an appliance garage always unplug the unit from the electrical outlet.** Not doing so could create a risk of fire, especially if the appliance touches the walls of the garage or the door touches the unit as it closes.

NOTICE: This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). As a safety feature, this plug will fit in a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully in the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not attempt to defeat this safety feature.

SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR HOUSEHOLD USE ONLY

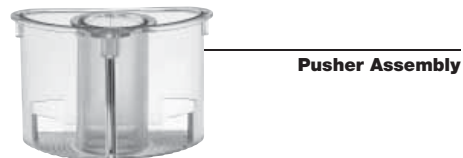
INTRODUCTION

Congratulations on your purchase of a Cuisinart® Premier Series 9-Cup Food Processor. This product is the ultimate food preparation tool, and it comes from the originator of the American food processor, Cuisinart.

The Cuisinart® Premier Series 9-Cup Food Processor has all the elements of quality that Cuisinart is known for, including a powerful motor, the Supreme® Wide Mouth Feed Tube, and the longest warranty in the industry.

- **The Cuisinart® Supreme® Wide Mouth Feed Tube** is perfect for slicing whole fruits and vegetables without precutting.

This feature, plus the ability to use all of your existing Cuisinart specialty blades and discs, makes the Premier Series 9-Cup the select choice in food processors.



THE MACHINE INCLUDES:

1. Housing base with a vertically projecting shaft and convenient touchpad control panel
2. 9-cup work bowl
3. Cover with Cuisinart® Supreme Wide Mouth Feed Tube
4. Pusher assembly that slides inside the feed tube
5. Sharp metal chopping/mixing blade
6. Serrated slicing disc
7. Shredding disc
8. Detachable stem for discs (not shown)
9. Plastic spatula (not shown)
10. BPA Free (not shown)
All materials that come in contact with food or liquid are BPA free.

The metal chopping blade chops raw and cooked fruits, vegetables, meat, fish and cheese to the exact consistency you want, from coarse to fine, even to a purée. It chops nuts, makes nut butters, mayonnaise and sauces, and mixes tender, flaky pastry. The metal chopping blade also kneads yeasted doughs, mixes cakes, frostings, cookies, quick breads, muffins, and biscuits.

The slicing disc makes beautiful whole slices without torn edges. It slices whole fruits and vegetables, cooked meat, semi-frozen raw meat and loaves of bread.

The shredding disc processes most firm and hard cheeses into long, attractive shreds. It also shreds vegetables like potatoes, carrots and zucchini, and processes nuts and chocolate to a grated texture.

The detachable stem fits both discs, making disc storage compact in limited space.

The pusher assembly has two parts.

1. A small, removable, clear pusher that fits into a small center-located feed tube.
This tube is for narrow food like carrots, for adding liquid, and for continuous feeding of small food like garlic.

2. A large pusher that fits into the Cuisinart® Supreme® feed tube opening and moves freely within it. Upon contact, the large pusher meets an activating rod in the center of the work bowl handle, permitting the motor to start.

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

Blade Operation

1. Plug in the housing base and place the work bowl on top, with the work bowl handle just to the left of center. Turn the work bowl counterclockwise to lock it onto the housing base.
2. **Carefully** lift and place the chosen blade over the work bowl center shaft. Line up the markings on the blade hub with the motor shaft. Blade should fit snugly and rest on the bottom of the work bowl.
3. Add desired ingredients to work bowl.
4. Place work bowl cover on work bowl, with the handle area just to the left of center. Turn counterclockwise to lock onto work bowl.
5. Align pusher assembly and activating rod with the feed tube opening on the work bowl cover and slide the activating rod down to the bottom.
6. You are now ready to operate the machine.

Disc Operation

1. Plug in the housing base and place the work bowl on top, with the work bowl handle just to the left of center. Turn the work bowl counterclockwise to lock it onto the housing base.
2. Choose desired disc and place underside-up on tabletop. Pick up detachable disc stem and align it with the raised plastic crescent on the disc underside. The raised 'lock' indicator on the left corner of the stem should be to the left of the mounting plate on disc.
3. Turn the stem to the right, so the locking tabs are covered by the metal supports and a 'click' locks the stem in place.

4. With the stem facing down, place the assembly over the center hub. It should fit snugly and rest on the bottom of the work bowl.
 5. Place work bowl cover onto work bowl, with the handle area just to the left of center. Turn counterclockwise to lock onto work bowl.
 6. Align pusher with the feed tube opening on the work bowl cover and slide the activating rod down to the bottom.
 7. Use the cord wrap on the housing base underside to add or remove cord.
 8. You are now ready to operate the machine.
- Place the work bowl over the center stem, with the handle area just to the left of center. Turn counterclockwise to lock in place.
 - Insert the metal chopping blade and put ingredient pieces in the work bowl. Put on the cover and turn counterclockwise to lock onto work bowl. Align the pusher and the pusher's activating rod with the corresponding openings on the feed tube, and push all the way down.
 - Press and release the PULSE button two or three times. Each time the blade stops, let the pieces drop to the bottom of the bowl before you pulse again. This puts them in the path of the blade each time the motor starts.

MACHINE FUNCTIONS

PULSE

1. With the machine properly assembled and engaged, and ingredients in the work bowl, press the PULSE button repeatedly as needed.

ON (Continuous)

1. Properly assemble and engage the machine.
2. To add ingredients through the feed tube, remove the pusher and fill the feed tube as directed (see Preparing Food for Slicing or Shredding, page 12).
3. Engage the pusher and press the ON button. The button light will turn on and the motor will start.
4. Press the pusher firmly down until all ingredients have passed into the work bowl. Remove the pusher and refill ingredients as needed.

When you engage the pusher again, the unit will automatically turn on.

5. Press the OFF button when finished.

OPERATING INSTRUCTIONS

Try chopping some practice foods, such as a zucchini or carrot, before you process food to eat. First, cut the ingredients into 1-inch pieces.

- Using the pulse/chopping technique, you get an even chop without overprocessing. Check the texture frequently by looking through the cover. If you want a finer chop, press and release the PULSE button until you achieve the desired texture.

Onions and other food with a high water content will quickly end up as a purée, unless examined through the work bowl after each pulse to make sure they are not overprocessed.

Try chopping other food like meat for hamburger or sausage. Then make mayonnaise, pastry or bread, as described in the following sections.

To obtain consistent results:

Be sure all the pieces you add to the bowl are about the same size.

Be sure the amount you process is no larger than recommended on the inside cover of this booklet.

Before you do anything, wait for the blade to stop spinning. Once it does, turn the cover clockwise to unlock, and remove by lifting it off.

Remove the bowl from the base of the machine before removing the blade. This creates a seal to prevent food from leaking. Turn the bowl clockwise to unlock from the base, and lift straight up to remove.

To prevent the blade from falling from the work bowl onto your hand when emptying the work bowl, use one of the following methods:

Be sure your hands are dry. Grab the blade hub, and remove the metal blade before tilting the bowl, using a spatula to scrape off any food. Then carefully lift the blade out of the work bowl. **Or** insert your finger through the hole in the bottom of the work bowl, gripping the blade from the bottom, and grip the outside of the work bowl with your thumb. **Or** hold the blade in place with your finger or spatula while pouring out food.

TECHNIQUES FOR CHOPPING AND PURÉEING WITH THE METAL BLADE

To chop raw fruits and vegetables

First cut the food into 1-inch (2.5cm) pieces. You achieve a more even chop when all pieces are about the same size. Put no more than the recommended amount of food into the work bowl (see table inside front cover). Lock the cover in place. Press the PULSE button at the rate of 1 second on, 1 second off, until the food is coarsely chopped. For more finely chopped results, hold the PULSE button, letting the machine run continuously until the desired consistency has been reached. Check frequently to avoid overprocessing. Use the spatula to scrape down the sides of the work bowl if necessary.

To purée fruits and cooked vegetables

First, cut the food into 1-inch (2.5cm) pieces. You achieve a smoother purée more quickly when all pieces are about equal in size.

Put no more than the recommended amount of food in the work bowl (see table inside front cover). Lock the cover in place. PULSE to chop coarsely, then press the ON button and process continuously until food is puréed. (**NOTE:** Cooked potatoes are an exception to this procedure. They develop a gluey texture when processed with the metal blade.)

When making soup, you will want to purée vegetables that have been cooked in liquid. Don't add the liquid to the work bowl, just the cooked vegetables; remove vegetables with a slotted spoon. They will purée faster and smoother without liquid. Then add just enough liquid to make the purée pourable, return to the soup liquid and stir to combine.

To dislodge food

Occasionally, a piece of food may become wedged between the blade and the work bowl. If this happens, unplug the machine, remove the cover, lift the blade out carefully and remove the wedged piece. Empty the bowl, reinsert the blade and lock the cover and pusher into place. Press the ON button and drop the food pieces through the small feed tube opening while the machine is running. After adding a cupful this way, add the remaining food to the bowl and process in the usual manner.

To chop hard foods

To chop hard food like garlic and hard cheese, assemble the unit, remove the small pusher, press the ON button and drop the food through the small feed tube while the machine is running. Small foods like garlic can be dropped in whole. Large foods like hard cheese should be cut into 1-inch (2.5cm) pieces. This method of processing minces garlic, shallots and onions. Hard cheese and coconut will have the same texture as if they had been hand grated.

IMPORTANT: Never try to process cheese that is too hard to cut with a knife. You may damage the blade or the machine.

To chop parsley and other fresh herbs

The herbs, the work bowl and the metal chopping blade must all be thoroughly clean and dry. Remove stems from herbs. Add leaves to bowl and process, using the PULSE button until chopped as fine as desired. The more herbs you chop at a time, the finer chop you can obtain. If completely dry when chopped, parsley and other herbs will keep for at least 4-5 days, stored in an airtight bag in the refrigerator. They may be frozen for months, stored in an airtight container or bag.

To chop peel from citrus fruit or to chop sticky fruit like dates or raisins

For citrus, remove only the peel with a vegetable peeler, not the white pith, which is bitter tasting. Cut the peel into lengths of 2 inches (5cm) or less and process with ½ cup (125 ml) of granulated sugar until finely chopped. This may take 2 minutes or longer.

For sticky fruit like dates, raisins, prunes and candied fruit, first freeze the fruit for about 10 minutes. Add some of the flour called for in the recipe to the fruit. Use no more than 1 cup (250 ml) of flour for each cup of fruit.

To chop meat, poultry and seafood

The food should be very cold, but not frozen. Cut it into 1-inch (2.5cm) pieces to ensure an even chop. Using the ON button, process no more than the recommended amount at one time (see table inside front cover).

Press the PULSE button 3 or 4 times at a rate of 1 second on, 1 second off. If the food is not chopped fine enough, let the processor run continuously for a few seconds. Check the texture often to avoid overprocessing. Use a spatula to scrape food from the sides of the bowl as necessary.

To purée meat, poultry and seafood

Prepare the food as described above. Press the PULSE button until evenly chopped, then process continuously to the desired texture. Scrape the bowl with a spatula as needed. Leave the purée in the work bowl and add eggs, cream and seasonings as called for by the recipe. Process to combine thoroughly.

Remember, you control texture by the length of time you process. By varying the processing time, you can get a range of textures suitable for hamburgers, hash, stuffed peppers, or smooth mousses.

To chop nuts

Chop no more than the recommended amount at one time. Press and release the PULSE button and check frequently to avoid nuts clumping together in a nut butter. When a recipe calls for flour or sugar, add some to the nuts before you chop, about ½ cup for each cup of nuts. This allows you to chop the nuts as fine as you want without turning them into a nut butter. You can also chop nuts with a shredding or slicing disc. The optional fine shredding disc is particularly good.

To make peanut butter and other nut butters

Process up to the recommended amount of nuts. Using the ON button, let the machine run continuously.

After 1½ to 2 minutes, the ground nuts will form a ball that will gradually smooth out. Scrape the sides of the bowl and continue processing until drops of oil are visible.

Taste for consistency. The longer you process, the softer the butter. For chunk style, add a handful of nuts just after the ball of nut butter begins to smooth out.

To make cashew butter, add a little bland vegetable oil. Processor nut butters contain no preservatives. Store in refrigerator to keep from separating.

To make flavored butters, spreads and dips

Cut room temperature butter into tablespoon size pieces. Finely chop flavoring ingredients first, such as anchovies, cheese, herbs, etc. Be sure work bowl is clean and dry. Add small hard ingredients like garlic and hard cheese through the feed tube while machine is running. Next, add the butter and process using the ON button, until smooth.

Add any liquid ingredients last, while the processor is running, and process just long enough to blend. Process ingredients for spreads and dips the same way. They should be at room temperature and cut into 1-inch (2.5cm) cubes, or added by tablespoonfuls.

To make mayonnaise

You can make foolproof homemade mayonnaise with your Premier Series 9-Cup Food Processor. The work bowl and metal blade must be clean and dry.

Foods prepared with raw eggs may contain salmonella or other potentially harmful bacteria. Because egg yolks are a fine growth medium for bacteria, we recommend that you cook them for use in mayonnaise, Hollandaise sauce, Caesar salad dressing, chilled soufflés, chilled chiffons, mousses and other recipes calling for raw egg yolks. For mayonnaise, we recommend using either the “cooked egg” mayonnaise on page 31, or using the following method with pasteurized liquid eggs.

For a “one egg” batch of basic mayonnaise made with pasteurized liquid eggs, place ¼ cup pasteurized liquid eggs, 2 tablespoons wine vinegar or lemon juice, 1 teaspoon dry mustard, ½ teaspoon kosher salt and a pinch of ground white pepper in the work bowl. With the machine running, add ½ cup of vegetable oil to the small pusher and allow to slowly drip into the mixture while processing. After all the oil has dripped through, add another ½ cup of vegetable oil to the small pusher and allow to drip through. The mixture will form a thick emulsion. For variation, you may experiment with using flavored vinegars, adding chopped fresh herbs, dry herbs, or roasted garlic to taste. To make your mayonnaise a little lighter, add some well-drained plain fat-free yogurt to taste.

To beat egg whites

The work bowl must be absolutely clean. Add 3 or more egg whites (up to 6 large egg whites) and press the ON button. Add about 1 teaspoon of lemon juice or vinegar for every egg white. Vinegar makes stiffer whites; its flavor is hardly detectable in cakes or soufflés. Continue processing until the egg whites hold their shape, about 1½ to 2½ minutes.

To whip cream

Processor whipped cream holds its shape very well. It is good for decoration or as a topping; however, it will not whip to the light, fluffy consistency obtained by methods that beat in more air. Chill the cream well before starting. Process continuously using the ON button, until it begins to thicken. Then add sugar as desired and continue processing, watching carefully for the desired consistency.

For consistently reliable results, add 2 tablespoons (30 ml) of nonfat dry milk for every cup of cream before whipping.

To make crumbs and crumb crusts

Cut or break bread, crackers or cookies into 1-inch pieces and place in work bowl. Press the ON button and process continuously until pieces reach the desired texture.

For seasoned crumbs, chop parsley or other fresh herbs with the crumbs. For buttered crumbs, process until the dry crumbs are of the desired texture, then dribble melted butter through the small feed tube opening while the machine is running. For crumb crusts, process crackers or cookies as described above. Add sugar, spices and butter, and cut into pieces as specified by your recipe. Process until well combined.

To make pastry

Combine unbleached all-purpose flour, salt and pieces of very cold butter in the work bowl. Process to the consistency of cornmeal. Sprinkle evenly with the minimum amount of cold liquid in the recipe. PULSE 5 or 6 times. The dough should begin to hold together when pressed. If it is still dry and crumbly, add more water – 1 teaspoon at a time – until the dough holds together easily. Do not let the dough form a ball in the processor or it will be overworked and tough. Form into a round disc, one inch thick, and wrap in plastic wrap. Refrigerate for 1 hour before using, or double wrap and freeze for later use.

To make quick breads and cakes that use baking powder and/or soda

The most important rule for success is not to overmix after adding the flour. The ingredients for these soft doughs should be cold, except butter. If the recipe calls for chopped ingredients like lemon peel or nuts, chop them first while the work bowl is clean and dry, then set aside until needed.

Put dry ingredients like flour, salt and leavening in the work bowl and process with the metal blade for 5 seconds to mix. Remove and reserve the dry ingredients.

Add the eggs and sugar to the work bowl and, using the ON button, process to mix, letting the machine run about 1 minute. Next, add butter. Cut into 1-inch pieces at room temperature. Run machine continuously for a minute, until the butter is thoroughly mixed with the sugar and eggs. Then add flavoring and liquid – vanilla, spices, cocoa, etc. Process until mixed. Add the dry ingredients to the work bowl.

Process by pulsing, inspecting after each pulse. Stop pulsing as soon as the dry ingredients have almost disappeared into the batter. Overprocessing will cause quick breads and cakes to be tough. (If your recipe calls for ingredients that are to be coarsely chopped – like raisins or nuts – add them last with the mixed dry ingredients.)

To make cake mix

Your food processor work bowl is large enough for the preparation of an 18.5-ounce packaged cake mix. Insert the metal blade and add the cake mix to the work bowl. Press the ON button and while the machine is running, add the eggs and liquid through the small feed tube and process for 5 seconds. Scrape down the sides of the work bowl and process 1 minute more for maximum volume. Do not remove the metal blade. Insert a finger into the underside of the blade from the bottom of the work bowl to hold the blade in place while emptying the batter.

Tip: After emptying cake batter or puréed soup from the work bowl, replace the bowl on the motor base and PULSE once. Centrifugal force will spin the batter off the blade onto the sides of the work bowl. Remove the blade, and use the spatula to scrape any remaining batter from the bowl.

TECHNIQUES FOR KNEADING YEAST DOUGH

The Premier Series 9-Cup Food Processor is designed to mix and knead dough in a fraction of the time it takes to do it by hand. You will get perfect results every time if you follow these directions.

NEVER TRY TO PROCESS DOUGH THAT IS TOO STIFF TO KNEAD COMFORTABLY BY HAND.

There are two general types of yeast dough. Typical bread dough is made with a flour mix that contains at least 50% white flour. It is uniformly soft, pliable and slightly sticky when properly kneaded.

It always cleans the inside of the work bowl completely when properly kneaded.

Typical sweet dough contains a higher proportion of sugar, butter and/or eggs than typical bread dough. It is rich and sticky and it does not clean the inside of

the work bowl.

It requires less kneading after the ingredients are mixed. Although 30 seconds are usually sufficient, 60 to 90 seconds give better results if the machine does not slow down. Except for kneading, the processing procedures are the same for both types of dough.

Machine capacity

With a spoon or fork, stir the flour in its container. Do not measure flour directly out of the bag; it is too packed to get an accurate measure. With the dry measure, scoop up the flour so it overflows. With a spatula or knife, sweep excess flour back into the container so the top of the measure is level. Recommended maximum amount of flour is 4 cups of all-purpose flour or 2½ cups of whole-grain flour. If a bread dough calls for more than the recommended amounts of flour, mix and knead it in equal batches. Do the same for sweet doughs that call for more than 3½ cups of flour.

Measuring the flour

With a spoon or fork, stir the flour in its container. Do not measure flour directly out of the bag; it is too packed to get an accurate measure. With the dry measure, scoop up the flour so it overflows. With a spatula or knife, sweep excess flour back into the container so the top of the measure is level. Measure by the stir, scoop and sweep method. Use a standard, graduated dry measure, not a liquid measuring cup.

Do not pack flour into the dry measure.

Proofing the yeast

The expiration date is marked on the package. To be sure your yeast is active, dissolve it in a small amount of warm liquid (about ⅓ cup [75 ml] for one package of dry yeast, recipes vary). The temperature of liquid used to dissolve and activate yeast must be between 105° and 115°F (40° and 46°C). Yeast cells are not activated at temperatures lower than this and they die when exposed to temperatures higher than 130°F (54°C).

If the recipe includes a sweetener like sugar or honey, add a teaspoon with the yeast. If no sweetener is called for, add a

pinch, or add a pinch of flour. Let the mixture stand until it foams, up to 10 minutes. If it does not foam, discard and begin again with fresh yeast.

Processing dry ingredients

Put the flour in the work bowl with all the other dry ingredients. If the recipe calls for herbs, oil or solid fats like butter, add them with the flour. Turn the machine on and let it run for about 20 seconds. (Cheese, nuts and raisins may be added with the dry ingredients or during the final kneading. To leave them almost whole, add them 5 seconds before you stop kneading. For a finer texture, add them sooner.)

Adding liquids

All liquid should be added through the small feed tube while the machine is running. Add liquid in a slow, steady stream, only as fast as dry ingredients absorb it. If liquid sloshes or splatters, stop adding it but do not turn off the machine. Wait until ingredients in bowl have mixed, then add remaining liquid slowly. Pour liquid onto dough as it passes under feed tube opening. Do not pour liquid directly onto bottom of bowl.

Follow the recipe carefully. It is important to add enough liquid to make the dough soft enough to knead. Kneading dough that is too stiff can strain the machine.

All liquid except that used to activate yeast should be cold, to minimize the possibility of overheating the dough. You must never knead a yeast dough to a temperature higher than 100°F (37°C). Doing so will slow or even prevent the action of the yeast.

Kneading bread dough

Do not try to use the machine to knead dough that is too stiff to knead comfortably by hand. Doing so can strain the machine.

After the dough starts to clean the inside of the work bowl completely and forms a ball, process it for 60 seconds to knead it. Stop the machine and test the dough to be sure it's properly kneaded. Typical bread dough should have a soft, pliable texture and it should feel slightly sticky. Stretch the dough with your hands to test it. If it feels hard, lumpy or uneven, continue processing until it feels uniformly soft and pliable. Make sure that the blade is firmly pressed back into place after removing the dough

to test it.

Kneading sweet dough

Process dough for at least 30 seconds after all the ingredients have been incorporated. It will not clean the inside of the work bowl. If necessary, scrape the bowl and process for 5 more seconds.

Rising

Put the dough in a large, resealable lightly floured plastic bag. Squeeze out all the air and seal, allowing space for the dough to rise.

Or put the ball of dough in a large bowl coated with soft butter or vegetable oil. Roll the dough around to coat its entire surface. Cover it with a damp towel or a piece of oiled plastic wrap.

Let it rise in a warm, draft-free place, about 80°F (26°C). The rising time is usually about 1½ hours but will vary from 45 minutes to several hours, depending on the type of flour and the humidity in the air. To test whether the dough has risen enough, stick a finger in it. An indentation should remain. If it doesn't, let the dough rise more and test again.

When it has risen enough, punch the dough down.

Shaping, finishing and baking

If you shape the dough in loaf pans, fill pans only half full. Let rise until dough is just slightly above the top of the pan. If shaping free-form loaves, let them rise on an oiled baking sheet until at least doubled in bulk.

Making consecutive batches

You can make several batches of bread dough in a row. The motor in the Premier Series 9-Cup Food Processor is extremely efficient.

TYPICAL BREAD DOUGH PROBLEMS AND SOLUTIONS

If the blade doesn't incorporate ingredients

Always start processor before adding liquid. Add liquid in slow, steady stream, only as fast as dry ingredients absorb it. If you hear liquid sloshing, stop adding it but do not turn off machine. Instead, wait until ingredients in work bowl have mixed, then add remaining liquid slowly. Pour liquid onto dough as it passes under feed tube; do not pour liquid directly onto bottom of work bowl.

If blade rises in work bowl

Blade may not have been pushed down as far as possible before processing started.

Excessively sticky dough can cause blade to rise even though it cleans inside of work bowl.

If dough feels very sticky, reinsert blade and immediately add 2 tablespoons (30 ml) flour through small feed tube while machine is running.

If dough doesn't clean inside of work bowl

- Amount of dough may exceed maximum capacity of your food processor. Remove half and process in 2 batches.
- Dough may be too dry. If it feels crumbly, add water, 1 tablespoon (15 ml) at a time, while machine is running, until dough becomes moist and cleans inside of work bowl. Wait 10 seconds between additions of liquid.
- Dough may be too wet. While machine is running, add 1 tablespoon (9 gm) of flour. If necessary, add more, 1 tablespoon (9 gm) at a time, until dough cleans inside of work bowl and forms a ball.

If nub of dough forms on top of blade and does not become uniformly kneaded

Stop machine, carefully remove dough, divide into 3 pieces and redistribute evenly in work bowl. Continue processing until dough is uniformly soft and pliable.

If dough feels tough after kneading

Divide dough into 2 or 3 pieces and redistribute evenly in bowl. Process 10 seconds or until uniformly soft and pliable.

If soft dough or liquid leaks onto base of food processor

Always start processor before adding liquid and add liquid only as fast as dry ingredients absorb it.

If motor stops

- Cover may have become unlocked.
- Power cord may have become unplugged.
- Excessive strain may have caused motor to overheat and stop. Wait for the motor to cool, 5 to 10 minutes. A safety protector in the motor prevents excessive overheating. If the motor stops, turn machine off. After 5-10 minutes, divide dough into 2 batches and complete processing. Pinch dough to make sure that it is not too stiff to knead comfortably by hand. If it is, add liquid, 1 teaspoon (5 ml) at a time, until dough is sufficiently moist to clean inside of bowl.

If dough doesn't rise

We recommend you always test activity of yeast before using, by stirring it and at least ½ teaspoon (2 ml) sugar into about ⅓ cup (75 ml) warm liquid (105-120°F) (40-48°C). Within 10 minutes foam should develop, indicating yeast is active. Do not use dry yeast after expiration date on package.

Do not use warmer water, or overheat dough with excessive kneading, as it may kill the yeast cells. All other liquid should be cold.

Do not knead so long that dough becomes overheated. The ideal temperature for kneaded dough is 80°F (26°C); it should never exceed 100°F (37°C).

Let dough rise in draft-free environment of about 75-90°F (24-32°C).

Dough containing whole grain flour will take longer to rise than dough made of white flour only.

If baked bread is too heavy

Next time, feel dough to be sure it is

uniformly soft, pliable and slightly sticky, before setting aside to rise. Allow dough to fully double in size in bowl or bag, punch it down, then let it double again after it is shaped.

PROBLEMS AND SOLUTIONS WITH TYPICAL SWEET DOUGHS

If motor slows down

- Amount of dough may exceed maximum capacity. Remove half, and process in 2 batches.
- Don't process too long after all ingredients are incorporated.

Rich doughs will give you good results after only 30 seconds of kneading.

If blade doesn't incorporate ingredients

Butter or margarine, if not melted, must be cut into tablespoon-size pieces before being added to work bowl.

If blade rises in work bowl

Blade may not have been pushed down as far as possible before processing started. Machine may be overloaded. Remove half of dough and process in 2 batches.

If motor stops

See comments under 'Typical Bread Dough' Problems and Solutions, page 16.

If dough doesn't rise

See comments under 'Typical Bread Dough' Problems and Solutions, page 16.

PREPARING FOOD FOR SLICING AND SHREDDING

For disc assembly instructions, refer to Assembly Instructions.

Round fruits and vegetables

Before processing onions, apples and other large, round fruits and vegetables, cut the bottom ends flat to make the food lie stable on the disc.

Place the food in the feed tube, flat side down, as far left as possible, to prevent it from tilting when being processed. Choose fruits that are firm and not too ripe.

Remove large hard pits and seeds from

fruits before processing. Seeds from citrus fruits need not be removed. Remove the rind before slicing or shredding, if desired.

Whole peppers are an exception

Remove the stem and cut the stem end flat. Remove the core and scoop out the seeds. Leave the end opposite the stem whole, to keep the structure stiff. This ensures round, even slices.

Large fruits like pineapple

Cut the ends flat, cut in half, and either core or remove the seeds. If necessary, cut the halves into smaller pieces to fit the feed tube.

Cabbage and iceberg lettuce

Turn the head on its side and slice off the top and bottom, leaving a center section about 3 inches (8cm) deep. Remove the core, then cut in wedges to fit the feed tube. Remove the core from the bottom and top pieces and cut into wedges to fit into the feed tube.

The optional 2mm and 1mm slicing discs are excellent for slicing cabbage for coleslaw.

If the fruit or vegetable doesn't fit, try inserting it from the bottom of the feed tube, where the opening is slightly larger.

Pack the feed tube for desired results.

For long slices or shreds, cut the food into feed-tube widths and pack the pieces horizontally.

For small, round slices or short shreds from carrots, zucchini and other long vegetables, cut in feed tube heights and pack tightly upright.

Food should fit snugly, but not so tightly that it prevents the pusher from moving.

When slicing or shredding, always use the pusher.

Never put your fingers or a spatula into the feed tube.

Never push down hard on the pusher. Use light pressure for soft fruits and vegetables like bananas, mushrooms, strawberries and tomatoes, and for all cheese. Use medium pressure for most food: apples, celery, citrus fruit, potatoes and zucchini. Use firm pressure for hard vegetables like carrots and yams.

PRACTICING SLICING AND SHREDDING

1. Insert a slicing or shredding disc, put the cover on the work bowl and insert the food in the feed tube.
2. Slide the pusher into place, and apply pressure to the pusher while pressing down the PULSE button. Release the button as soon as the food is sliced or shredded.
3. You can load the feed tube repeatedly without removing work bowl cover. Simply grasp the pusher and lift up. The pusher assembly will come off easily, leaving the cover and feed tube in place. Your other hand is free to reload the feed tube, and you do not need to re-press the ON button if it was previously selected.

REMOVING SLICED OR SHREDDED FOOD

Before you do anything, wait for the disc to stop spinning. When it does, unplug the unit, then hold the work bowl handle and turn it clockwise. Then lift; the work bowl and cover will come off together. Turn cover clockwise to unlock from work bowl. Lift, remove, invert and place on counter space.

Remove the slicing or shredding disc.

Place two fingers under each side of the disc and lift it straight up. Place the disc on top of the inverted work bowl cover to minimize drips and spills.

TECHNIQUES FOR SLICING AND SHREDDING

Small, round fruits and vegetables

For large berries, radishes and mushrooms, trim the bottom ends flat with a knife. Insert the food through the feed tube, standing each piece on a flat end. You can fill the tube to about 1 inch (2.5cm) from the top.

The bottom layer gives you perfect slices for garnish. If you want all the slices to be perfect, it's best to process one layer at a time.

Long fruits and vegetables

Trim foods like bananas, celery and zucchini by cutting them into pieces slightly shorter than the feed tube. Cut both ends flat. (Use a ruler as a guide, or the pusher assembly.) Fill the feed tube with the pieces, standing them vertically and adding enough pieces so they are solidly packed and cannot tilt sideways as they are sliced or shredded.

Small amounts of food

Use the small feed tube and the small pusher. Remove the small pusher from the pusher assembly. Place the pusher assembly onto the feed tube and press the sleeve all the way down.

Cut the food in lengths slightly shorter than the feed tube. If slicing one or two long, thin vegetables like carrots, push them to the far left. If you are slicing a few vegetables that are wide at one end and narrow at the other (carrots, celery or scallions) cut them in half and pack in pairs, alternating one wide end up, one narrow end up.

French-cut green beans

Trim fresh green beans to feed-tube widths. Stack in the feed tube horizontally to about one inch from the top. Use the slicing disc, apply light pressure to the pusher and press the PULSE button until beans are sliced.

To make long, horizontal slices of raw zucchini or carrots, use the same procedure.

Matchsticks or julienne strips

Process the food twice – 'double slice' it. Insert large fruits or vegetables (potatoes, turnips, zucchini, apples) in the feed tube.

Cut pieces to fit the feed tube horizontally from end to end. Apply pressure to the pusher while pressing the PULSE button until the food is sliced. You will get long slices.

Remove the slices from the work bowl and reassemble. The slices should be assembled horizontally with cut edges facing front and back. Reinsert them in the feed tube, wedging them in tightly. Slice them again. You will obtain long julienne strips.

With the optional square julienne disc, you can make square julienne strips in one operation.

Cooked meat and poultry

The food must be very cold. If possible, use a piece of food just large enough to fit in the

feed tube. To make julienne strips of ham, bologna or luncheon meat, stack slices, then roll or fold them double and stand upright in the feed tube, wedging in as many rolls as possible. This technique works better with square or rectangular pieces than with round ones.

Uncooked meat and poultry

Cut the food into pieces to fit the feed tube. Boneless, skinned chicken breasts will usually fit when cut in half crosswise. Wrap the pieces in plastic wrap and put them in the freezer. They are ready to slice when they are easily pierced with the tip of a sharp knife, although semi-frozen and hard to the touch. Remove plastic wrap. Stand them in the feed tube, cut side down, and slice them against the grain, using firm pressure on the pusher. Or lay them flat in the feed tube, as many as will fit, and slice with the grain, using firm pressure.

Salami and other sausages

If the sausage is soft, freeze it until hard to the touch but easily pierced with the tip of a sharp knife. Hard sausages need not be frozen. Use the small feed tube if the sausage is thin enough to fit. Otherwise, cut

the sausage into pieces to fill the large feed tube completely. Stand the pieces vertically, packing them tightly so they cannot tilt sideways.

Firm cheese like Swiss and Cheddar

Cut the cheese into pieces to fit the feed tube. Put it in the freezer until semi-frozen, hard to the touch but easily pierced with the tip of a sharp knife. Stand the pieces in the feed tube and apply light pressure to the pusher.

IMPORTANT: Never try to slice soft cheese like mozzarella or hard cheese like Parmesan. You may damage the slicing disc or the food processor itself. You can successfully shred most cheeses except soft ones. The exception is mozzarella, which shreds well if thoroughly chilled.

Hard cheeses like Parmesan shred well only at room temperature. Therefore, only attempt to slice or shred mozzarella when well chilled, and Parmesan when at room temperature.

SLICING AND SHREDDING CHEESE

TYPE OF CHEESE	CHOP/PURÉE	SHRED	SLICE
Soft			
Brie, Camembert, room temperature	yes	no	no
Mozzarella chilled 15-20 min in freezer	no	yes	no
Ricotta, room temperature	yes	no	no
Cottage, Cream	yes	no	no
Semi-Soft			
Blue, chilled	yes	yes	no
Fontina, chilled	yes	yes	no
Bel Paese, chilled	yes	yes	no
Semi-Hard			
Cheddar, chilled	yes	yes	yes
Monterey Jack, Longhorn, chilled	yes	yes	yes
Swiss, Jarlsberg, chilled	yes	yes	yes
Edam, Gouda, chilled	yes	yes	yes
Provolone, chilled	yes	yes	yes
Hard, at room temperature			
Parmesan, Romano, Locatelli	yes	yes	no
Pecorino, Asiago	yes	yes	no

*Soft and semi-soft cheeses will purée; semi-hard and hard cheeses will chop.

CLEANING AND MAINTENANCE

Keep your food processor ready to use on a kitchen counter. When not in use, leave it unplugged.

Store the blade and discs as you would sharp knives, out of the reach of children. The disc and blade holders are optional accessories which offer safe and convenient storage.

All parts except the housing base are dishwasher safe, and we recommend washing them in the dishwasher on the top rack. Due to intense water heat, washing the work bowl and work bowl cover on the bottom rack of your dishwasher may cause damage over time. Insert the work bowl upside down. Remember to unload the dishwasher carefully wherever you place sharp blades and discs.

To simplify cleaning, rinse the work bowl, cover, pusher assembly and blade or disc immediately after use so food won't dry on them. Openings at the bottom of the large pusher provide drainage and make cleaning easy. If food lodges in the pusher, remove it by running water through it, or use a bottle brush.

If you wash blade and discs by hand, do it carefully. Avoid leaving them in soapy water where they may disappear from sight. To clean the metal blade, fill the work bowl with soapy water, hold the blade by its plastic center and move it rapidly up and down on the center shaft of the bowl. Use of a spray attachment is also effective. If necessary, use a brush.

The work bowl which is shatter resistant and heat resistant. It should not be placed in a microwave oven, as the aperture at the front of the pusher houses the metal rod that activates the motor.

Chopping certain foods may scratch or cloud the work bowl. These foods include ice, whole spices, coffee beans and oils like wintergreen. If you like to prepare your own spice blends, you may want to keep a second bowl just for that purpose.

The housing base is made of a tough plastic with high impact resistance. Its smooth surface will look new for years. Keep a sponge handy as you work, and wipe spills from the base.

Four rubber feet on the underside keep the base from moving on most work surfaces when the machine is processing heavy loads. If the feet leave spots on the counter, spray them with a spot remover and wipe with a damp sponge. If any trace of the spot remains, repeat the procedure and wipe the area with a damp sponge and nonabrasive cleaning powder.

To clean the inside of the detachable stem, slide the stem release button on the side up as far as it will go and hold it there as you run water through the stem.

IMPORTANT: Never store the blade or discs on the motor shaft. The blade or disc should not be placed on the shaft except when the processor is about to be used.

MAINTENANCE: Any other servicing should be performed by an authorized service representative.

FOR YOUR SAFETY

Like all powerful electrical appliances, a Premier Series Food Processor should be handled with care. Follow these guidelines to protect yourself and your family from misuse that could cause injury.

Handle and store metal blade and discs carefully. Their cutting edges are very sharp.

Always place discs on flat stable surface before connecting detachable stem.

Never put blade or discs on the motor shaft until the work bowl is locked in place.

Always be sure that the blade or disc is down on motor shaft as far as it will go.

Always insert chopping blade in the work bowl before putting ingredients in bowl.

When slicing or shredding food, always use the pusher.

Never put your fingers or spatula into feed tube.

Always wait for the blade or disc to stop spinning before you remove the pusher assembly or cover from the work bowl.

Always unplug the unit before removing food, cleaning, or putting on or taking off parts.

Always remove work bowl from base of machine before you remove chopping blade.

Be careful to prevent the chopping blade from falling out of the work bowl when emptying the bowl. Remove it before tilting bowl, or hold it in place with your finger, a spatula or a spoon.

TECHNICAL DATA

The motor in your food processor operates on standard line operating current. The appropriate voltage and frequency for your machine are shown on the lower housing under the base.

An automatic, temperature-controlled circuit breaker in the motor ensures complete protection against motor burnout. If the processor runs for an exceptionally long time when chopping, mixing or kneading a thick or heavy mixture in successive batches, the motor may overheat. If this happens, the processor will stop. Turn it off and wait for the motor to cool before proceeding. It will usually cool within 10 minutes. In extreme cases, cooling could take an hour.

Safety switches prevent the machine from operating when the work bowl or the cover is not locked into position. The motor stops within seconds when it has been turned off, and a fast-stop circuit stops it instantly when the pusher assembly is removed.

LIMITED THREE-YEAR WARRANTY ON THE ENTIRE MACHINE

FULL TEN-YEAR WARRANTY ON MOTOR

This warranty is available to consumers only. You are a consumer if you own a Cuisinart® Premier Series 9-Cup Food Processor that was purchased at retail for personal, family or household use. Except as otherwise required under applicable law, this warranty is not available to retailers or other commercial purchasers or owners. We warrant that your Cuisinart® Premier Series 9-Cup Food Processor will be free of defects in materials and workmanship under normal home use for 3 years from the date of original purchase.

We recommend that you visit our website, **www.cuisinart.com** for a fast, efficient way to complete your product registration. However, product registration does not eliminate the need for the consumer to maintain the original proof of purchase in order to obtain the warranty benefits. In the event that you do not have proof of purchase date, the purchase date for purposes of this warranty will be the date of manufacture.

If your Cuisinart® Premier Series 9-Cup Food Processor should prove to be defective within the warranty period, we will repair it, or if we think necessary, replace it. To obtain warranty service, simply call our toll-free number 1-800-726-0190 for additional information from our Customer Service Representatives, or send the defective product to Customer Service at Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd., Glendale, AZ 85307.

To facilitate the speed and accuracy of your return, please enclose \$10.00 for shipping and handling of the product.

Please pay by check or money order (California residents need only supply proof of purchase and should call 1-800-726-0190 for shipping instructions).

NOTE: For added protection and secure handling of any Cuisinart® product that is being returned, we recommend you use a traceable, insured delivery service. Cuisinart cannot be held responsible for in-transit damage or for packages that are not delivered to us. Lost and/or damaged products are not covered under warranty. Please be sure to include your return address, daytime phone number, description of the product defect, product model number (located on bottom of product), original date of purchase, and any other information pertinent to the product's return.

CALIFORNIA RESIDENTS ONLY:

California law provides that for In-Warranty Service, California residents have the option of returning a nonconforming product (A) to the store where it was purchased or (B) to another retail store which sells Cuisinart products of the same type.

The retail store shall then, at its discretion, either repair the product, refer the consumer to an independent repair facility, replace the product, or refund the purchase price less the amount directly attributable to the consumer's prior usage of the product. If the above two options do not result in the appropriate relief to the consumer, the consumer may then take the product to an independent repair facility if service or repair can be economically accomplished. Cuisinart and not the consumer will be

responsible for the reasonable cost of such service, repair, replacement, or refund for nonconforming products under warranty.

California residents may also, according to their preference, return nonconforming products directly to Cuisinart for repair, or if necessary, replacement, by calling our Consumer Service Center toll-free at 1-800-726-0190.

Cuisinart will be responsible for the cost of the repair, replacement, and shipping and handling for such products under warranty.

BEFORE RETURNING YOUR CUISINART® PRODUCT

If you are experiencing problems with your Cuisinart® product, we suggest that you call our Cuisinart® Service Center at 1-800-726-0190 before returning the product serviced. If servicing is needed, a Representative can confirm whether the product is under warranty and direct you to the nearest service location.

Your Cuisinart® Premier Series 9-Cup Food Processor has been manufactured to the strictest specifications and has been designed for use only in 120 volt outlets and only with authorized accessories and replacement parts. This warranty expressly excludes any defects or damages caused by attempted use of this unit with a converter, as well as use with accessories, replacement parts or repair service other than those authorized by Cuisinart. This warranty does not cover any damage caused by accident, misuse, shipment or other than ordinary household use. This warranty excludes all incidental or consequential damages. Some states do not allow the exclusion or limitation of these damages, so these exclusions may not apply to you. You may also have other rights, which vary from state to state.

Important: If the nonconforming product is to be serviced by someone other than Cuisinart's Authorized Service Center, please remind the servicer to call our Consumer Service Center at 1-800-726-0190 to ensure that the problem is properly diagnosed, the product is serviced with the correct parts, and the product is still under warranty.

Recipes

Appetizers 22



Soups 27



Sauces and Dressings 31



Breads 41



Sides 54



Entrées 57



Pizza 61



Desserts 62



Recipe Notes

Preparation times are estimates and are based on the time it takes to prepare, assemble, and cook the ingredients once they have been gathered from the refrigerator and cupboard and placed on the counter.

Nutritional information is based on number of servings indicated. For recipes that produce a range of servings, they are based on the highest serving yield for that particular recipe.



Appetizers

Fresh Tomato and Corn Salsa

Try this salsa on grilled chicken or seafood.

Makes 2 cups

- 1 small onion, cut into 1-inch pieces (about ½ cup)**
- ¼ cup fresh cilantro**
- 1 medium jalapeño pepper, seeded, cut into 1-inch pieces**
- 3 medium vine-ripened tomatoes, cut into 1-inch pieces**
- 1 teaspoon fresh lime juice**
- ½ cup fresh or frozen corn kernels
(frozen kernels do not need to be thawed)**
- ½ teaspoon kosher salt**

Place onion, cilantro and jalapeño in work bowl fitted with the metal blade. Process until finely chopped, about 5 seconds. Scrape work bowl. Add tomatoes and lime juice. Pulse until tomatoes are coarsely chopped, about 5 to 7 times. Add corn and salt; pulse once to just combine. Let sit for 1 hour before serving to allow flavors to develop. Serve with chips.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 5 (8% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 37mg • calc. 2mg • fiber 0g*

Greek Spread

Use this spread to make a fresh vegetable sandwich on pita bread.

Makes about 2 cups

- 6 ounces lowfat cream cheese, cut into 1-inch pieces**
- 6 ounces feta cheese**
- ¼ cup red onion, cut into 1-inch pieces**
- ¼ cup green pepper, cored, cut into 1-inch pieces**
- ¼ teaspoon dried oregano**
- 2 tablespoons black olives, pitted**

In a food processor fitted with the metal blade, process cheeses until smooth, about 10 to 15 seconds. Scrape work bowl. Add remaining ingredients and process for 10 seconds. Scrape work bowl and process until well combined, about 10 to 15 seconds. Let sit, in refrigerator, for 1 hour to let flavor develop. Serve with crackers, mini pita rounds or vegetable sticks.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 28 (69% from fat) • carb. 1g • pro. 1g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 8mg • sod. 81mg • calc. 33mg • fiber 0g*

Roasted Garlic and Red Pepper Spread

There is no such thing as too much garlic when it is roasted.

Makes 2 cups

- 1 large head of garlic (entire bulb), cloves peeled**
- ½ teaspoon extra virgin olive oil**
- 1 cup lowfat sour cream**
- 1 medium scallion, trimmed, cut into 1-inch pieces**
- 1 large roasted red pepper (from a jar)**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**

Preheat oven to 375°F. Toss the garlic cloves in the olive oil and wrap in foil. Set on middle oven rack and roast for 1 hour. Remove from oven and cool.

Insert the metal blade. Purée the cooled garlic, 20 seconds. Scrape work bowl. Add remaining ingredients and process for 10 to 15 seconds. Scrape work bowl and process until smooth, about 10 seconds longer. Let sit in refrigerator to develop flavor, about 1 hour. Serve with crudité or breadsticks.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 12 (45% from fat) • carb. 1mg • pro. 0g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 1mg • sod. 53mg • calc. 18mg • fiber 0g*

Creamy Guacamole

Fresh flavors make this a great dip, sauce, topping, or side dish.

Makes 2 cups

- 1 small garlic clove**
- 3 ripe avocados, about 3 cups pulp**
- 2 teaspoons fresh lemon juice**
- ½ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**

Insert metal blade in food processor. With machine on, drop garlic clove through feed tube and chop. Scrape work bowl and add the avocado, lemon juice, salt and pepper. Pulse 15 times to achieve a chunky guacamole, or if a creamy consistency is desired process until ingredients are well blended. Serve with chips.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 27 (76% from fat) • carb. 1g • pro. 0g • fat 3g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 38mg • calc. 2mg • fiber 1g*

Spinach, Feta and Artichoke Stuffed Mushrooms

For a savory side dish, use this stuffing in portobellos.

Makes 20 to 24 1½-inch stuffed mushrooms

- 1 ¾-inch slice French bread, cut into 4 pieces**
- ½ ounce Romano**
- 2 tablespoons lightly toasted pine nuts or walnuts**
- 1 can (15 ounces) artichokes, well drained,
gently squeezed in paper toweling to remove excess moisture**
- 1 small garlic clove**
- 1 shallot, about ½ ounce**
- 5 ounces fresh spinach, tough stems removed**
- ½ teaspoon herbes de Provence**
- 2 ounces feta cheese, slightly crumbled**
- 2 ounces cream cheese (regular, not low or nonfat),
cut into 1-inch pieces**
- 20 to 24 1½-inch white button or cremini mushrooms***

Insert the metal blade. Place the bread in the work bowl and process for 45 seconds to make crumbs. With the machine running, drop the Romano down the feed tube, and process for 30 seconds until ground. Stop the machine, add the pine nuts, and pulse 5 times to chop coarsely. Transfer and reserve to a separate bowl. Add the artichokes to the work bowl; pulse 10 to 15 times to chop. Add to the breadcrumb mixture and set aside.

With the machine running, drop the garlic and shallot through the feed tube; process for 5 seconds to chop. Scrape down the sides of the bowl. Add the spinach, about 2 ounces at a time, and pulse 12 to 15 times to chop after each addition. Add the herbes de Provence, feta and cream cheese, processing for 20 seconds to incorporate. Add the reserved bread crumb mixture, pulsing 15 to 20 times to incorporate. Transfer to a bowl. The stuffing may be made up to 2 days ahead.

Rinse and dry the mushrooms thoroughly. Remove the stems and discard or reserve for another use.

Preheat oven to 425°F. Stuff each mushroom with a tablespoon of the spinach mixture. Arrange the stuffed mushrooms in a shallow baking dish that has been lightly coated with olive oil; do not crowd. The mushrooms may be stuffed up to 8 hours ahead. If making ahead, cover and refrigerate. Do not freeze. Bake the mushrooms in the preheated oven for 20 to 25 minutes. Allow to rest for 5 minutes before serving.

Nutritional information per serving (1 mushroom, based on 24 mushrooms):

*Calories 34 (53% from fat) • carb. 3g • pro. 2g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 5mg • sod. 113mg • calc. 28mg • fiber 1g*

*Cremini mushrooms are a darker version of the white button mushroom and have a more intense flavor. When grown to large size (4 to 5 inches in diameter), they become the popular portobello mushrooms. In some markets, cremini mushrooms may be labeled Baby Bellas.

Turkey Sausage and Sun-Dried Tomato Puff Pastry Pinwheels

Do-ahead prep makes these perfect for entertaining.

Makes 28 pinwheels

- ¼ cup toasted walnuts**
- ¾ ounce Asiago, cut into ½-inch pieces**
- 4 sun-dried tomato halves, reconstituted in ½ cup boiling water until softened, squeezed dry**
- 1 shallot (1 ounce)**
- ¼ pound Italian turkey sausage, roasted and cooled, cut into ¾-inch slices***
- 8 ounces cream cheese, regular or lowfat, not nonfat, cut into cubes**
- 1 teaspoon basil**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- 1 sheet frozen puff pastry, thawed for 1 hour in the refrigerator**
- egg wash: 1 egg + 2 tablespoons water, beaten together**

Insert the metal blade. Place the walnuts in the work bowl, pulse 5 times to chop. Remove and reserve. With the machine running, drop the cheese cubes down the feed tube. Process for 30 seconds until finely chopped, remove and reserve. Put the sun-dried tomatoes in the work bowl, pulse 5 times to chop, remove and reserve.

With the machine running, drop the shallot down the feed tube and process until finely chopped, about 5 seconds. Scrape down the sides of the work bowl. Add the sausage and pulse about 3 times to roughly chop. Add the cream cheese, basil and ground pepper to the work bowl. Use the pulse to incorporate. Scrape down the sides of the work bowl. Add the reserved chopped walnuts, Asiago cheese and sun-dried tomatoes. Use the pulse to incorporate. Transfer the mixture to a small bowl.

On a lightly floured surface, roll out the sheet of puff pastry to 10 x 14 inches. Arrange the pastry on the work surface so that the long side is in front of you. Brush the top 1-inch edge of the pastry with the egg wash. Using an offset or palette spatula, spread the cream cheese mixture evenly on the puff pastry. Roll the pastry evenly, jelly-roll style, so that you roll into the egg-washed edge. Wrap in plastic wrap and refrigerate for at least 1 hour and up to 24. (The entire roll may be frozen; thaw in the refrigerator for 2 to 3 hours before continuing.) Cover and refrigerate the egg wash.

Preheat the oven to 400° F. Slice the puff pastry into 28 slices, each ½-inch thick. (If the puff pastry has not already been frozen once, you may freeze it now for baking later. Freeze the slices on a plastic wrap-lined baking sheet in a single layer. When frozen solid, transfer to a freezer bag. Double-wrap the bag to keep out freezer odors. May be frozen up to 3 weeks.) Arrange the puff pastry slices on a baking sheet about 1 inch apart. Lightly brush with the egg wash. Bake for 23 to 28 minutes, until puffed and golden. Serve hot/warm. If desired, they may be baked ahead. Bake until light golden, cool, then refrigerate until ready to serve. Reheat in a 300°F oven for about 5 minutes.

*To roast the turkey sausage, prick the sausage several times with a fork, rub lightly with about ½ teaspoon of olive oil, then roast on a foil-lined pan at 350°F for 25 to 30 minutes, turning after 15 minutes.

Nutritional information per pinwheel:

*Calories 90 (64% from fat) • carb. 5g • pro. 3g • fat 6g • sat. fat 2g
• chol. 15mg • sod. 114mg • calc. 22mg • fiber 0g*

Hummus

This popular Middle Eastern sauce may be served with the traditional pita wedges or may be used as a dip for fresh vegetable crudités. For something a little different, make the original recipe, and then use half to make one of the variations.

Makes 2½ cups

- ¼ cup fresh flat parsley leaves**
- 2 strips lemon zest, ½ x 2 inches, bitter white scraped off**
- ½ teaspoon kosher salt**
- 2 small garlic cloves**
- 2 cans (15.5 ounces each) chickpeas, drained, rinsed and drained again**
- 3 tablespoons tahini paste**
- 2 tablespoons fresh lemon juice**
- 5 tablespoons water**
- 1½ teaspoons ground cumin**
- 1½ tablespoons extra virgin olive oil**

Insert the metal blade. Use the pulse to chop the parsley, 10 to 15 times. Remove and reserve. Chop the lemon zest with the kosher salt using the pulse, 10 times. With the machine running, drop the garlic down the feed tube, and process 10 seconds to chop. Add the drained chickpeas, tahini, lemon juice, water, and cumin to the work bowl, processing 60 seconds to combine. Scrape down the sides and bottom of the work bowl. With the machine running, add the olive oil in a slow steady stream, and process until the hummus is smooth and creamy, about 3 minutes. Add half the chopped parsley; pulse to incorporate, 5 to 10 times. Allow the hummus to rest for 30 minutes before serving to allow the flavors to blend. Serve in a shallow bowl, sprinkled with the remaining chopped parsley. If desired, drizzle with extra virgin olive oil.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 37 (29% from fat) • pro. 1g • carb. 5g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 36mg • calc. 17mg • fiber 1g*

Roasted Shallot and Herb Hummus: Toss 6 ounces of peeled and trimmed shallots in ½ teaspoon extra virgin olive oil and wrap in heavy-duty foil; roast in a 400°F oven for 60 minutes. Allow to cool. Make hummus according to the above recipe, adding the cooled roasted shallots along with 2 teaspoons herbes de Provence when processing the chickpeas. Makes about 2¼ cups.

Roasted Red Pepper Hummus: Make hummus according to the above recipe; add 3 roasted red peppers when adding the chickpeas. Makes about 2½ cups.

Roasted Garlic Hummus: Toss 12 to 15 cloves of garlic in ½ teaspoon of extra virgin olive oil and wrap in heavy-duty foil; roast in a 400°F oven for 60 minutes. Allow to cool. Make hummus according to the above recipe; add the cooled roasted garlic when adding the chickpeas. Makes about 2 cups.

Soups

Gazpacho

Always served well chilled, this summertime favorite has its origins in the Andalusian region of Spain.

Makes 4 servings, 8 ounces each

- 1 garlic clove**
- 1 small jalapeño pepper, seeded, cut into 1-inch pieces**
- 3 small scallions, trimmed, cut into 1-inch pieces**
- 1 small green bell pepper, about 6 ounces, cored, seeded, cut into 1-inch pieces**
- 1 small cucumber, about 6 ounces, peeled, cut in half lengthwise, seeds removed**
- ¼ cup fresh parsley**
- 2 medium tomatoes, about 10 ounces, cored, cut into 1-inch pieces**
- 2 teaspoons fresh lime juice**
- ¾ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- ¼ teaspoon hot sauce**
- 1¼ cups low sodium tomato or vegetable juice**

Insert metal blade and turn machine on. Drop garlic and jalapeño down feed tube and process until finely chopped. Scrape bowl. Add scallions to the work bowl and pulse to chop roughly. Add peppers, cucumber and parsley and pulse again to chop roughly, about 6 pulses. Add tomatoes, lime juice, salt, pepper, and hot sauce and pulse 8 to 10 times so that vegetables are evenly chopped. Transfer vegetables to a large mixing bowl and mix in tomato juice. Taste and adjust seasoning accordingly.

Nutritional information per serving:

*Calories 39 (7% from fat) • carb. 8g • pro. 2g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 503mg • calc. 31mg • fiber 2g*

Butternut Squash Soup with Leeks

Makes 5 servings, eight ounces each

- 2 garlic cloves**
- 1 medium or 2 small leeks, about 5 ounces, rinsed well and cut into 1-inch pieces**
- 1 teaspoon extra virgin olive oil**
- 2 pounds butternut squash**
- ½ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground pepper**
- ½ cup dry white wine**
- 3 cups low sodium chicken broth**
- ¼ teaspoon ground nutmeg**
- ½ teaspoon fresh lemon juice**
- ½ cup heavy cream (optional)**

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic through the feed tube and process to finely chop. Scrape the work bowl. Add the leeks and pulse to chop, about 10 pulses.

Place 6-quart stockpot over medium heat and add the olive oil. When the olive oil is hot, stir in the chopped leeks and garlic. Sweat the vegetables over medium low heat so that they become soft. Stir occasionally so that they do not pick up any color.

While the leeks are cooking, replace the chopping blade with the slicing disc assembly. Peel and seed the squash; cut to fit the feed tube. Slice the squash.

Add the sliced squash into the stockpot with the leeks and garlic; stir well. Add the salt and pepper. Cook for an additional 5 minutes.

Add the wine to the pot. Bring to a simmer and let the wine reduce by half. Add the chicken broth and nutmeg. Bring soup to a low boil. Reduce heat and let simmer until squash is very soft and is easily pierced with a knife, about 20 minutes.

Strain the solids from the cooking liquid, reserving the cooking liquid. Transfer half of the cooking liquid to a clean pot and reserve. Insert the metal blade. In two batches, add the solids to the food processor and process to purée, 2 to 3 minutes. Scrape the work bowl to insure the mixture is homogenous. Return the puréed solids to the cooking liquid and stir to incorporate. Add the lemon juice. Stir in reserved cooking liquid to obtain desired consistency. Taste and adjust seasoning. If using the heavy cream, stir in last and bring to a simmer.

Nutritional information per serving:

*Calories 157 (11% from fat) • carb. 29g • pro. 5g • fat 2g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 292mg • calc. 119mg • fiber 4g*

Caramelized Five Onion Soup

A twist on traditional French onion soup.

Makes 6 servings, eight ounces each

- 1 garlic clove**
- 2 shallots (2 ounces total)**
- 3 Spanish onions (1½ pounds total), cut in half vertically**
- 2 red onions (1 pound total), cut in half vertically**
- 2 leeks, about 1 inch in diameter, trimmed and well cleaned*, cut into 2-inch lengths**
- 2 tablespoons unsalted butter**
- 2 tablespoons extra virgin olive oil**
- 1½ teaspoons granulated sugar**
- 1 teaspoon kosher or sea salt**
- 3 tablespoons unbleached, all-purpose flour**
- 5 cups vegetable stock or broth (chicken or beef may also be used)**
- ½ teaspoon freshly ground black pepper**
- 2 ounces Asiago, cut into ½-inch cubes**
- 2 ounces imported Gruyère**
- 2 ounces Jarlsberg (reduced-fat may be used)**
- 6 green onions, washed, dried and trimmed, cut into 1-inch pieces**
- 6 slices French bread, about ½-inch thick, brushed with extra virgin olive oil and rubbed with a clove of garlic, toasted in a 400°F oven on a baking sheet until golden and crispy**

Insert the metal blade, and with the machine running, drop the garlic and shallot through the feed tube, and process for 5 seconds to chop. Insert the slicing disc. Using medium pressure, slice the onions. Remove and reserve. Place the leeks in the feed tube, snugly but not too tightly. Use medium pressure to slice. Transfer to the bowl with all the other onions.

Heat the butter and olive oil in a 5-quart stockpot over medium-high heat. Add the garlic and onions; stir to coat with the butter and olive oil. Lower the heat, cover loosely, and allow the onions to cook over low heat for 10 to 12 minutes to soften. Add the sugar and the salt, stir to combine, and cook the onion mixture over low heat for 25 to 35 minutes to caramelize, stirring every 4 or 5 minutes. The onions should become the color of toffee. Sprinkle with the flour. Cook for 4 minutes, stirring. While stirring, add the stock, and bring to a boil. Reduce the heat and simmer, loosely covered, for 30 minutes. Add the pepper. Taste and adjust seasonings.

While the soup is cooking, insert the metal blade in the clean, dry work bowl. With the machine running drop the Asiago through the feed tube to chop, about 20 seconds; leave in the work bowl. Insert the shredding disc. Use medium pressure to shred the Jarlsberg and Gruyère. Remove and reserve. Insert the metal blade, pulse to chop the green onions, about 10 times.

Serve the soup in warmed bowls topped with a slice of the toasted French bread, a sprinkling of the cheeses, and topped with the chopped green onion. If desired, the bowls may be placed under a broiler or in a hot oven to melt the cheeses; if you do this, be sure to use ovenproof bowls.

*Leeks are grown in very sandy soil, and must be well cleaned, or the grit will ruin your soup. Trim the roots from the leeks, and then trim and discard the leaves, about 1 inch above the white. Wash well and dry. The leeks used in this recipe yielded about a 4-inch piece of leek. Not all leeks have the same amount of usable white, so you will have to adjust the number of leeks accordingly. The leek tops are too tough to use in cooking, but can be washed well and used to flavor stocks.

Nutritional information per serving:

*Calories 400 (39% from fat) • carb. 46g • pro. 14g • fat 18g • sat. fat 8g
• chol. 35mg • sod. 1297mg • calc. 389mg • fiber 3g*

Vegetarian Potato and Split Pea Soup

This hearty soup has only three fat grams per serving.

Makes 6 servings, nine ounces each

- 1 carrot, peeled, cut to fit feed tube vertically**
- 1 celery rib, peeled, cut to fit feed tube vertically**
- 1 onion, cut in half**
- 1½ tablespoons unsalted butter**
- 1 garlic clove**
- 5 cups vegetable broth**
- 1 small potato (about 6 to 7 ounces)**
- ¾ pound split green peas, rinsed and sorted**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**

Insert the 4mm slicing disc. Slice the carrot, celery and onion using medium pressure; reserve.

Melt butter in a 3¾-quart saucepan over medium heat. Add carrot, celery, onion and garlic. Cook until soft, about 10 to 15 minutes. Add broth; cover and bring to a boil over medium-high heat. Peel potato and cut into 1-inch pieces. Add potato and split peas to saucepan. Reduce heat to low and simmer, partially covered, until peas and potatoes are tender, about 30 minutes. Remove from heat and cool for 10 minutes. Drain liquid from vegetables, being sure to reserve liquid in a large saucepan.

Insert metal blade. Process half of vegetables until smooth, about 15 to 20 seconds. Return to saucepan with liquid and repeat with remaining vegetables. Warm over low heat. Season with salt and pepper. Taste and adjust accordingly.

Nutritional information per serving:

*Calories 116 (23% from fat) • carb. 19g • pro. 4g • fat 3g • sat. fat 2g
• chol. 8mg • sod. 260mg • calc. 29mg • fiber 4g*

Sauces and Dressings



Basic Mayonnaise

(The American Egg Board recommends using the freshest eggs and then heating them to kill salmonella bacteria. This recipe uses a procedure suggested by cookbook author and food sleuth Shirley Corriher for heating the eggs to sanitize them. The results are definitely worth the effort. Proper refrigeration and storage is necessary.)

Makes 1 cup

- 1 large egg**
- 1 large egg yolk**
- 1½ teaspoons fresh lemon juice**
- 1½ teaspoons wine vinegar**
- 1 tablespoon water**
- ¼ teaspoon granulated sugar**
- ¼ teaspoon unbleached, all-purpose flour**
- 2 teaspoons dry mustard**
- ½ teaspoon kosher salt**
- pinch cayenne**
- 2 tablespoons extra virgin olive oil**
- ¾ cup vegetable oil (canola, soya, etc.)**

Insert the metal blade. Process the egg, egg yolk, lemon juice, vinegar, water, sugar and flour until smooth, about 20 seconds. Transfer the egg mixture to a small (7- or 8-inch) nonstick skillet, and heat over very low heat while gently stirring and scraping the bottom of the pan with a spatula. When the mixture begins to thicken and resemble a custard sauce, remove from the heat while still stirring and set in a pan of ice and water to stop the cooking. Stir until the egg mixture is cooled, let rest for 5 minutes. Wash the work bowl, metal blade and lid in hot soapy water and dry thoroughly.

Insert the metal blade. Process the cooled egg mixture with the dry mustard, salt, and cayenne until blended, about 1 minute. Scrape the work bowl. With the machine running, add the olive oil very, very slowly, taking about 1 minute to add the entire 2 tablespoons. Scrape the work bowl. With the machine running, add the vegetable oil to the small pusher, one-quarter cup at a time, and allow the oil to drip slowly into the emulsion. The mayonnaise will thicken as the oil is added. Taste and adjust seasonings as necessary. Remove to a container, cover and keep refrigerated. Keeps 3 to 4 days refrigerated.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 115 (97% from fat) • carb. 0g • pro. 1g • fat 13g • sat. fat 2g
• chol. 26mg • sod. 78mg • calc. 3mg • fiber 0g*

Tartar Sauce

A little lower in fat than most, this tartar sauce is good not only with fish and shellfish, but also with steamed fresh vegetables.

Makes 1½ cups / 24 tablespoons

- 1½ ounces shallots or green onions, trimmed and cut into 1-inch pieces**
- 2 ounces drained sweet gherkin pickles**
- 3 tablespoons fresh flat parsley leaves**
- 1½ tablespoons fresh dill weed**
- 2¼ teaspoons Dijon-style mustard**
- ¾ teaspoon fresh thyme leaves**
- 2½ tablespoons drained capers**
- ¾ cup Basic Mayonnaise (see previous recipe)**
- 1 cup nonfat plain yogurt, drained overnight to remove the whey (yield=½ cup)**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**

Insert the metal blade. Use the pulse to chop the shallots, gherkins and parsley, 15 quick pulses. Add the dill, mustard, thyme, and capers; pulse 5 times to chop. Add the mayonnaise, drained yogurt and black pepper; pulse to combine, 5 times; do not overprocess.

Refrigerate until ready to use.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 68 (83% from fat) • carb. 2g • pro. 1g • fat 6g • sat. fat 1g
• chol. 13mg • sod. 101mg • calc. 16mg • fiber 0g*

Pesto

Our Pesto is lower in fat than traditional pestos, and just as flavorful.

Makes ¾ cup

- 1 small garlic clove**
- 1 ounce Reggiano Parmigiano, cut into ½-inch pieces**
- 4 cups packed fresh basil leaves, washed and dried**
- 3 tablespoons lightly toasted pine nuts or walnuts**
- ¼ teaspoon plus pinch salt**
- 5 tablespoons extra virgin olive oil**

Insert the metal blade. With the machine running, drop the cheese down the feed tube and process to finely chop. Chop the garlic clove in the same fashion. Scrape down the sides of the work bowl. Add the basil, pine nuts, and salt to the work bowl. Pulse to chop, 20 to 30 times. Scrape down the sides of the work bowl.

With the machine running, add the olive oil in a slow drizzle. Let rest for about 30 minutes before using to allow the flavors to blend. Refrigerate to store, with a layer of olive oil poured over the top to prevent discoloration. Keeps 5 days in the refrigerator, or may be frozen.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 78 (87% from fat) • carb. 1g • pro. 2g • fat 8g • sat. fat 1g
• chol. 2mg • sod. 98mg • calc. 49mg • fiber 1g*

Sun-Dried Tomato Tapenade

For a quick hors d'oeuvre, split a wheel of chilled Brie, spread the bottom half with a ¼-inch thick layer of Sun-Dried Tomato Tapenade, replace the top and allow to sit at room temperature for 45 minutes to soften, then serve with your favorite crackers or French bread.

Makes 1 cup / 16 tablespoons

- 2 ounces sun-dried tomato halves**
- ½ cup water**
- ¾ ounce Reggiano Parmigiano, cut into ½-inch pieces**
- 1 garlic clove**
- ½ ounce shallot**
- 1½ tablespoons fresh flat parsley leaves**
- 3 tablespoons toasted walnuts**
- 2 teaspoons white wine vinegar**
- ½ tablespoon dried basil**
- ½ teaspoon rosemary**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- 2 tablespoons extra virgin olive oil**

Combine the sun-dried tomatoes and water in a small saucepan. Bring to a boil, then turn off the heat. Let sit until cool, drain well, pressing gently on the plumped tomatoes to remove as much of the excess liquid as possible. Reserve.

Insert the metal blade. With the machine running, drop the cheese down the feed tube. Process to chop, 10 seconds. Remove and reserve. With the machine running, drop the garlic and shallot down the feed tube, process 5 seconds to chop. Add the reserved tomatoes, parsley, and walnuts, pulse to chop, 10 times. Add the vinegar, basil, rosemary, and black pepper, pulse to combine, 5 times. With the machine running, add the olive oil in a steady stream, about 30 seconds. Add the reserved cheese and pulse to combine, 5 times. Allow to rest for 30 minutes before using for the flavors to blend. Transfer to a glass jar with a plastic lid and refrigerate until ready to use. Keeps 2 weeks in the refrigerator.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 33 (60% from fat) • carb. 2g • pro. 1g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 1mg • sod. 95mg • calc. 23mg • fiber 1g*

Simple Tomato Sauce

A simple marinara sauce for pasta, or when reduced,
a tasty topping for homemade pizzas.

Makes 3 cups tomato sauce for pasta / 1¾ cups tomato sauce for pizza

- 1 small onion (4 ounces), cut into 1-inch pieces**
- 4 garlic cloves**
- ¾ teaspoon dried oregano**
- 1 teaspoon extra virgin olive oil**
- 1 can (28 ounces) plum tomatoes, with juices**
- 2 sprigs fresh basil (10-12 large leaves)**
- 3 tablespoons dry white wine or vermouth**
- ½ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- ¼ to ¾ teaspoon crushed red pepper flakes
(optional, to taste, for a spicier sauce)**

Insert the metal blade. Pulse to chop the onion and garlic with the oregano, about 10 times. Heat the oil over medium heat in a 2¾-quart saucepan; add the onion, garlic, and oregano. Cook, stirring for 2 to 3 minutes, until the onions begin to soften and the oregano becomes fragrant. Add the canned tomatoes with their juices, basil sprigs, wine and salt. Bring to the boil, then reduce the heat to low, cover loosely and simmer for 50 to 60 minutes. Turn off the heat and let cool in the pan for 10 minutes. Stir in the black pepper and red pepper flakes if using.

Using the metal blade, pulse the sauce 15 times for a rustic, chunky sauce, or process for 2 minutes for a smooth sauce. The sauce is now ready to use for pasta. If you want a sauce for pizza, return the sauce to the pan. Simmer, uncovered, for 40 to 50 minutes to reduce, stirring now and then. Transfer the reduced sauce to a bowl to cool before using as a pizza topping. The sauce freezes well.

Nutritional information per half-cup, tomato sauce:
Calories 50 (15 % from fat) • carb. 8g • pro. 1g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 482mg • calc. 31mg • fiber 1g

Nutritional information per quarter-cup, reduced for pizza sauce:
Calories 25 (15% from fat) • carb. 4g • pro. 1g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 241mg • calc. 16mg • fiber 1g

Roasted Red Pepper Sauce

A simple and flavorful sauce to complement
chicken, seafood, and vegetables.

Makes 1¾ cup

- cooking spray**
- 4 large red peppers, about 2-2½ pounds**
- 3 garlic cloves**
- 1 medium onion, cut evenly into eight pieces**

- 1 teaspoon extra virgin olive oil**
- ¼ cup dry white wine**
- ½ cup low-sodium chicken broth**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- ¼ teaspoon fresh lemon juice**

Preheat oven to 400°F.

Coat a baking sheet lightly with cooking spray and place red peppers on sheet.

Roast peppers in the oven for about 1 hour, turning the peppers halfway through the roasting time. The skins of the peppers should be evenly browned.

Place peppers in a bowl and cover the bowl tightly with plastic wrap. Reserve to cool, at least one hour.

Once peppers are completely cool, remove and discard all skins and seeds. Roughly chop the peppers.

Once peppers are chopped, insert the metal blade to the food processor. With the machine running, drop the garlic through the feed tube to finely chop. Add the onions to the work bowl and pulse to evenly chop, about 10 pulses.

Place a sauté pan over medium heat and add the olive oil. When the olive oil is hot, add the chopped onions and garlic. Sweat vegetables until they are soft, about 5 minutes. Stir in the chopped peppers until heated through. Add the wine and bring to a simmer and reduce by half. Add the chicken broth, salt and pepper. Allow sauce to simmer for about 5 minutes. Transfer contents of pan to work bowl. Process until sauce is homogenous.

Remove sauce from work bowl and add the lemon juice. Taste and adjust seasoning if necessary.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 12 (17% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 35mg • calc. 3mg • fiber 1g*

Chocolate Sauce with Variations

This Cuisinart version replaces cream with skim milk, cutting the fat nearly in half.

Makes 1½ cups

- 6 ounces good quality bittersweet or semisweet chocolate, broken into 1-inch pieces**
- 4 ounces good quality milk chocolate, broken into 1-inch pieces**
- 2 tablespoons superfine or bar sugar (optional)**
- ½ cup skim milk, heated until it is just bubbling around the edges**
- 1 teaspoon pure vanilla extract**

Insert the metal blade. Add the chocolates to the work bowl. Using long pulses, pulse about 15 to 20 times. If using sugar, add and process for 10 seconds. With the machine running, pour the hot milk slowly and carefully down the feed tube, process until the chocolate is melted and smooth, 1 minute. Add the vanilla, process to combine, 10 seconds.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 62 (57% from fat) • carb. 7g • pro. 1g • fat 5g • sat. fat 2g
• chol. 1mg • sod. 6mg • calc. 15mg • fiber 1g*

Amaretto Almond Chocolate Sauce: Before making the chocolate sauce, use the pulse to chop ¼ cup of toasted slivered almonds, remove and reserve. Make the sauce as per instructions, but omit the vanilla, and add 1 tablespoon amaretto and the chopped toasted almonds.

Mocha Latte Sauce: Make the chocolate sauce as per instructions, adding 1½ tablespoons instant espresso and increasing the superfine sugar by ½ tablespoon. Along with the vanilla, add 1 tablespoon Kahlúa and 1 tablespoon heavy cream.

Chocolate Mint Sauce: Make the chocolate sauce as per instructions, omitting the vanilla and adding 1 tablespoons peppermint schnapps or 2 teaspoons peppermint extract.

Asian Slaw with Peanut Dressing

Add cooked pasta and turn this salad into a meal.

Makes 8 servings, one cup each

Dressing:

- ½ cup toasted unsalted peanuts
- 2 garlic cloves
- 6 slices of fresh ginger, peeled, each about the size of a quarter
- 4 tablespoons natural style peanut butter
- ⅓ cup plus 1 tablespoon rice vinegar
- 1 tablespoon granulated sugar
- 2 tablespoons + 1 teaspoon hoisin sauce
- 2 teaspoons sesame oil
- 2 teaspoons low-sodium tamari or soy sauce
- 2½ tablespoons vegetable oil

Salad:

- 4 ounces red radishes, washed, ends cut flat
- 4 ounces carrots, peeled and trimmed to fit the feed tube horizontally
- 1 broccoli spear, washed, flowerets trimmed and reserved, stem peeled
- 3 green onions, trimmed, cut into 4-inch lengths, including tasty green tops
- 1 red bell pepper, stemmed, seeded and cut into 1½ x 3-inch pieces

- 1 yellow bell pepper, stemmed, seeded and cut into 1½ x 3-inch pieces**
- 8 ounces Napa cabbage, washed and cut into 3-inch lengths**
- 6 ounces bok choy, washed and cut into 3-inch lengths
(include leaves if pretty and tender)**
- 4 ounces snow peas, trimmed**

Insert the metal blade. Pulse to chop the peanuts, about 10 times. Remove and reserve. With the machine running, drop the garlic and ginger down the feed tube to chop. Scrape the work bowl; process 5 seconds longer. Add the peanut butter, rice vinegar, sugar, hoisin sauce, sesame oil, and tamari. Process until smooth, about 10 seconds. Scrape the work bowl. With the machine running, add the oil in a steady stream through the small feed tube. Process until emulsified, about 10 to 15 seconds. Remove and reserve. The dressing may be made up to several days ahead. Cover well and refrigerate. Allow to sit for 30 minutes at room temperature before using.

Clean the work bowl. Insert the shredding disc. Arrange the radishes in the large feed tube, cut side down, and shred. Arrange the carrots horizontally in the large feed tube and shred. Insert the trimmed and broccoli stem in the small feed tube and shred. Transfer the shredded vegetables to a large bowl.

Insert the slicing disc. Arrange the green onions in the small feed tube and slice. Arrange the peppers in the large feed tube, cut side down and slice. Arrange the Napa cabbage in the feed tube, cut side down and slice. Arrange the bok choy in the feed tube and slice. Transfer the sliced vegetables to the bowl with the other vegetables. Add the snow peas and toss the vegetables to combine. Pour the dressing over the vegetables and toss to coat well. Transfer to a serving bowl and garnish with the reserved chopped peanuts.

Note: You may turn this into an Asian pasta salad by doubling the dressing ingredients and adding cooked pasta (8 ounces dry, cooked according to package directions).

Nutritional information per serving:

*Calories 201 (59% from fat) • carb. 16g • pro. 7g • fat 14g • sat. fat 2g
• chol. 0mg • sod. 172mg • calc. 76mg • fiber 4g*

Shredded Carrot Salad with Honey-Ginger Dressing

Healthy, nutritious and delicious.

Makes 12 one-half-cup servings, ½ cup each

- ⅔ cup walnut halves, shells removed**
- 1½ pounds carrots, peeled, cut into 2-inch pieces**
- ¾ ounce fresh gingerroot, peeled, cut into ½-inch pieces**
- 1 cup plain nonfat yogurt, drained***
- ⅓ cup fresh mint leaves**
- 1½ tablespoons honey**
- ⅔ cup golden raisins**

Preheat oven to 350°F. Place walnut halves in a baking pan and toast until golden brown and fragrant, about 8 to 10 minutes. Allow to cool slightly. Insert metal blade in food processor and pulse to chop nuts coarsely, about 5 to 6 times. Reserve.

Insert shredding disc. Place carrots in large feed tube horizontally and shred. Transfer to a large mixing bowl. Insert metal blade. Process gingerroot until finely chopped, about 5 to 10 seconds. Scrape bowl. Add yogurt, mint and honey. Process to combine, about 10 seconds. Scrape work bowl and process an additional 5 seconds. Add to shredded carrots and combine. Add raisins and gently mix. Serve chilled on a bed of lettuce.

*To drain yogurt: Line a sieve with a double layer of cheesecloth or a paper coffee filter and set over a bowl. Place yogurt in sieve, cover and refrigerate at least 8 hours or overnight. You may need to drain water from bowl occasionally. Refrigerate thickened yogurt in an airtight container for up to one week.

Nutritional information per serving:

*Calories 76 (13% from fat) • carb. 16g • pro. 2g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 51mg • calc. 56mg • fiber 2g*

Capered Tuna Spread

Use for sandwiches, or as an hors d'oeuvre spread served with crusty bread, chopped imported olives and sun-dried tomatoes.

Makes 1 cup / 2 to 4 servings

- 2 tablespoons loosely packed fresh flat parsley leaves**
- 1 4-inch rib of celery, cut into ½-inch pieces**
- 1 ounce shallots**
- ½ tablespoon drained capers, rinsed and drained again**
- 2 teaspoons Dijon-style mustard (regular or grainy)**
- 1 can (6 ounces) water-packed white albacore tuna, well drained**
- 3 tablespoons mayonnaise**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**

Insert the metal blade, put the parsley in the work bowl and pulse to chop, about 5 times. Add the celery to the work bowl, rough chop using the pulse, about 5 times. With the machine running, drop the shallots through the feed tube, process 5 seconds to chop. Add the capers and mustard, pulsing to chop finely, about 10 times. Add the tuna; pulse to chop, about 10 times. Add the mayonnaise and black pepper. Use the pulse to combine, about 5 times, do not over process. Transfer to a bowl, cover and chill for 30 minutes before serving to allow the flavors to develop. Taste and adjust seasonings as necessary. (Note: capers can be quite salty, so there is no additional salt in this recipe. If your palate dictates more salt, add kosher or sea salt to taste.)

Nutritional information per serving (based on 4 servings):

*Calories 130 (62% from fat) • carb. 2g • pro. 10g • fat 9g • sat. fat 2g
• chol. 26mg • sod. 349mg • calc. 11mg • fiber 0g*

Lemony Honey Dijon Vinaigrette

Try this dressing on a salad with sliced grilled chicken.

Makes 1½ cups

- 2 strips lemon peel, each 2 inches x ½ inch**
- ¾ teaspoon kosher or sea salt**
- 2 shallots, ½ ounce each**
- 3 tablespoons fresh lemon juice**
- 2 tablespoons white wine vinegar**
- 2 tablespoons honey**
- 2 teaspoons Dijon-style mustard**
- ½ teaspoon freshly ground black pepper**
- 3 tablespoons vegetable oil**
- ½ cup plus 2 tablespoons extra virgin olive oil**

Insert the metal blade. Chop the lemon zest with the salt using the pulse, 20 to 30 times. With the machine running, drop the shallots down the small feed tube; process for 5 seconds to chop. Add the lemon juice, wine vinegar, honey, mustard, and black pepper to the work bowl; process for 5 seconds to blend. Combine the oils. With the machine running, pour the oils into the small pusher and allow to drip through the hole in a small steady stream. Transfer to a jar and allow to sit for at least 30 minutes before using, to allow the flavors to blend. May be kept up to 2 weeks in the refrigerator. Allow the dressing to come to room temperature before using. Process again, using the metal blade, if the dressing has separated.

*Remove the peel from the lemon with a vegetable peeler, then take a sharp paring knife and carefully scrape away the bitter white pith from the underside of the peel.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 72 (89% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 7g • sat. fat 1g
• chol. 0mg • sod. 83mg • calc. 1mg • fiber 0g*

Creamy Chèvre and Peppercorn Dressing

Creamy and tangy, perfect for crispy romaine.

Makes 1¾ cups (28 tablespoons)

- 1½ ounces shallots**
- 1 tablespoon plus 1 teaspoon drained green peppercorns, rinsed and drained again**
- 6 ounces chèvre**
- ⅓ cup lowfat sour cream**
- 1½ tablespoons fresh lemon juice**
- 1½ tablespoons white wine vinegar**
- 1½ tablespoons water**
- ⅓ cup extra virgin olive oil**

Insert the metal blade. With the machine running, drop the shallots down the small feed tube; process 5 seconds to chop. Add the drained green peppercorns, chop 10 seconds. Remove and reserve. Process the chèvre, sour cream, lemon juice, white wine vinegar and water, until smooth, 30 seconds. Scrape the work bowl. Return the shallot and peppercorn mixture to the work bowl, add the salt. With the machine running, add the olive oil through the hole in the small pusher, processing until completely incorporated and emulsified. Let sit for 30 minutes before using, to allow the flavors to blend. The dressing will keep for a week in the refrigerator.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 48 (76% from fat) • carb. 2g • pro. 1g • fat 4g • sat. fat 1g
• chol. 4mg • sod. 37mg • calc. 15mg • fiber 0g*

Herbed Balsamic Vinaigrette

Drizzle over sliced summer tomatoes for a quick and easy salad.

Makes about 1 cup

- 1 large garlic clove**
- ¼ cup fresh flat parsley leaves**
- 1 tablespoons dried basil**
- 1 teaspoon dried oregano**
- ½ teaspoon kosher or sea salt**
- ½ teaspoon freshly ground black pepper**
- 2 teaspoons Dijon-style mustard**
- 6 tablespoons balsamic vinegar**
- ⅔ cup extra virgin olive oil**

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic down the small feed tube, process 5 seconds to chop. Add the fresh parsley, dried basil and oregano, salt, pepper, mustard and vinegar, processing 10 seconds to blend. With the machine running, add the olive oil one third cup at a time through the hole in the small feed tube pusher. Process 1 minute longer until totally emulsified.

Adjust seasonings to taste. Allow the dressing to rest for 30 minutes before using to allow the flavors to blend. Refrigerate unused portions, bring to room temperature (30 minutes) before using and reprocess to emulsify using the metal blade if necessary.

Nutritional information per tablespoon:

*Calories 86 (94% from fat) • carb. 1g • pro. 0g • fat 9g • sat. fat 1g
• chol. 0mg • sod. 89mg • calc. 8mg • fiber 0g*

Breads

Challah Braid

If you have leftovers, our Challah Braid slices make the best French toast.

Makes 18 servings (1½-pound loaf)

- 3 tablespoons granulated sugar, divided**
- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- ¼ cup warm water (105-115°F)**
- ¾ cups unbleached, all-purpose flour**
- 1½ teaspoons table salt**
- ½ cup cold water**
- ⅓ cup unsalted butter, melted**
- 1 large egg**
egg glaze (1 large egg and 1 tablespoon water)
vegetable oil cooking spray

In a 2-cup liquid measure, dissolve 2 teaspoons sugar and yeast in warm water. Let stand until foamy, about 5 minutes.

Insert the metal blade in the work bowl and add flour, remaining sugar and salt. Pulse to combine, about 2 to 3 times.

Add cold water, melted butter and egg to yeast mixture. With machine running, add liquid through small feed tube in a steady stream as fast as the flour absorbs it. Once dough forms a ball continue processing for 45 seconds to knead dough. Place dough in a floured plastic food storage bag and seal. Let rise in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Place dough on a lightly floured surface and punch down. Divide dough into 3 equal pieces. Use your hands to roll each piece into a cylinder about 1½ x 14 inches. Place the cylinders side by side on a baking sheet coated with vegetable oil cooking spray. Braid loosely from one end. Gently pull and taper each end to a point, then pinch and tuck under loaf. Cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray and let rise until doubled in size, about 45 minutes. Preheat oven to 375°F for 15 minutes before baking.

Prepare egg glaze by combining egg with water; brush over braid. Bake in lower third of preheated oven for 20 minutes. Lower temperature to 350°F and bake until loaf is browned and sounds hollow when tapped, about 10 minutes. Cool on wire rack.

Nutritional information serving:

*Calories 119 (29% from fat) • carb. 18g • pro. 3g • fat 4g • sat. fat 2g
• chol. 32mg • sod. 202mg • calc. 4mg • fiber 0g*

Pecan Sticky Buns

Our Pecan Sticky Buns are so good it's hard to eat just one.

Makes 9 servings

Sweet Dough:

- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- ¼ cup granulated sugar, divided**
- ¼ cup warm water (105-115°F)**
- 2½ cups unbleached, all-purpose flour**
- ¼ cup unsalted butter, in 1-inch pieces**
- ½ teaspoon table salt**
- ⅓ cup nonfat milk**
- 1 large egg**

Topping:

- ½ cup pecans**
- ¼ cup granulated sugar**
- ½ teaspoon ground cinnamon**
- 1 tablespoon unsalted butter, softened**
- ⅓ cup raisins**
- ¼ cup unsalted butter, melted**
- ⅓ cup firmly packed light brown sugar**
- vegetable oil cooking spray**

To make dough:

In a 2-cup liquid measure dissolve yeast and 1 teaspoon sugar in warm water. Let sit until foamy, about 5 minutes. Place flour, butter, remaining sugar, and salt in the work bowl fitted with the metal blade. Process to combine, about 20 seconds. Stir milk and egg into yeast mixture. With motor running, pour liquid mixture through the small feed tube as fast as the flour absorbs it. Process until dough cleans the sides of the work bowl, then process for 45 seconds to knead dough. Transfer to a plastic food storage bag and seal top. Let rise in a warm place until doubled in size, about 1½ hours.

To make topping / assemble buns:

Re-insert metal blade in work bowl and pulse to coarsely chop pecans, about 5 to 6 times. Reserve. Combine sugar and cinnamon; reserve. Transfer dough to a lightly floured surface and punch dough down. Roll each half into a 9 x 9-inch square. Spread with softened butter, sprinkle with cinnamon/sugar mixture and top with raisins. Roll dough up tightly and pinch seam to seal. Using a sharp knife cut into 9 slices (about 1-inch thick).

Pour melted butter into a 9 x 9-inch baking pan. Sprinkle brown sugar and reserved pecans over butter. Place buns, cut side up, in pan. Cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray and let rise in a warm place for 40 minutes. Preheat oven to 375°F for 15 minutes before baking.

Bake in preheated oven until tops are well browned, about 30 minutes. Remove from oven and invert pan immediately onto serving plate, allowing sugar mixture to drip onto buns. Scrape any remaining sugar/nut mixture onto buns and serve warm.

Nutritional information per sticky bun:

*Calories 553 (39% from fat) • carb. 49g • pro. 5g • fat 16g • sat. fat 8g
• chol. 54mg • sod. 143mg • calc. 23mg • fiber 2g*

Sesame Dinner Rolls

Fresh from the oven, warm rolls make any dinner extra special.

Makes 16 rolls

- ½ cup plus 2 tablespoons evaporated nonfat milk**
- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- 1½ tablespoons sugar**
- 1 large egg, beaten**
- 2¾ cups unbleached, all-purpose flour**
- 6 tablespoons unsalted butter, in 1-inch pieces**
- 1 teaspoon table salt**
- vegetable oil cooking spray**
- 1 large egg**
- 1 teaspoon water**
- 1 teaspoon sesame seeds**

In a small saucepan over medium heat, warm milk to 110-115°F. Remove from heat. Add yeast and sugar; stir to dissolve and let sit until foamy, about 5 minutes. Add beaten egg; stir gently to combine. Transfer to a 2-cup liquid measure and reserve.

Use the metal blade to process flour, butter and salt until combined, about 15 to 20 seconds. With machine running, add yeast mixture through the small feed tube in a steady stream as fast as the flour absorbs it. After the dough forms a ball, process 45 to 50 seconds to knead. Place in a large plastic food storage bag and seal top. Let rise until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Lightly coat an 8-inch round baking pan with vegetable oil cooking spray. Place dough on a lightly floured surface and punch down. Divide dough into 16 equal pieces and shape each piece into a ball. Place balls in the pan so they are just touching each other. Cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray and let rise 1 hour. Preheat oven to 350°F for 15 minutes before baking.

Combine egg and water. Brush over rolls and sprinkle with sesame seeds. Bake in preheated oven until golden, about 35 to 40 minutes. Cool on wire rack.

Nutritional information per roll:

*Calories 130 (33% from fat) • carb. 18g • pro. 4g • fat 5g • sat. fat 3g
• chol. 38mg • sod. 166mg • calc. 33mg • fiber 0g*

Cheese Bread

This bread is excellent to serve with a hearty soup or for making sandwiches.

Makes 12 servings (one 1½-pound loaf)

- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- 1 teaspoon granulated sugar**
- ¼ cup warm water (105-115°F)**
- 3 ounces extra-sharp Cheddar**
- 3 cups unbleached, all-purpose flour**
- 2 tablespoons unsalted butter, in 1-inch pieces**
- 1 teaspoon table salt**
- ¾ cup nonfat milk**
- vegetable oil cooking spray**

In a 2-cup liquid measure dissolve yeast and sugar in warm water. Let stand until foamy, about 5 minutes.

Insert medium shredding disc and shred cheese using light pressure. Leave in work bowl. Remove shredding disc and insert metal blade. Add flour, butter and salt; process to combine, about 20 seconds. Add milk to yeast mixture. With machine running, pour milk mixture through small feed tube as fast as the flour absorbs it and process until dough cleans the sides of the work bowl. Then process for 45 seconds to knead dough. Place dough in a lightly floured plastic food storage bag and seal top. Let rise in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Spray one 8 x 4-inch loaf pan with vegetable oil cooking spray. Place dough on a lightly floured surface and punch down. Roll dough into an 8 x 4-inch rectangle. Beginning with a short end, roll up the dough jelly-roll fashion. Pinch the seam and ends tightly to seal. Place in greased loaf pans and cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray. Let rise for 45 minutes. Preheat oven to 375°F for 15 minutes before baking.

Bake until top is well browned and loaf sounds hollow when tapped, about 35 to 40 minutes. Remove from pan and cool on wire rack.

Nutritional information per serving:

*Calories 155 (26% from fat) • carb. 23g • pro. 5g • fat 4g • sat. fat 3g
• chol. 13mg • sod. 248mg • calc. 69mg • fiber 1g*

Stollen

Our version of this traditional German Christmas bread is full of raisins and almonds, but low in fat.

Makes 12 servings (one loaf, about 1¼ pounds)

Dough:

- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- 3 tablespoons granulated sugar, divided**
- 3 tablespoons warm water (105-115°F)**
- 1 strip lemon zest**

- 2 cups unbleached, all-purpose flour**
- 3 tablespoons unsalted butter, in 1-inch pieces**
- ½ teaspoon ground nutmeg**
- ½ teaspoon table salt**
- ⅓ cup raisins**
- ⅓ cup slivered almonds, divided (also used in filling)**
- ⅓ cup plus 1 tablespoon nonfat milk**
- 1 large egg**

Filling:

- 1⅓ tablespoons granulated sugar**
- ¼ teaspoon ground cinnamon**
- 1⅓ tablespoons unsalted butter, melted**
- vegetable oil cooking spray**

Glaze:

- ⅔ cup powdered sugar**
- 1 tablespoon water**

In a 2-cup liquid measure dissolve yeast and 1 teaspoon of sugar in warm water. Let sit until foamy, about 5 minutes.

Using metal blade, process zest and remaining sugar, about 45 seconds. Scrape work bowl and insert metal blade. Add flour, butter, nutmeg and salt to work bowl. Process for 20 seconds to combine. Add raisins and 3 tablespoons almonds; pulse to combine, about 3 to 4 times.

Add milk and egg to yeast mixture. With motor running, add liquid through small feed tube as fast as flour will absorb it, then process for 40 seconds to knead dough. Dough will be sticky and will not clean the sides of the work bowl or form a ball. Transfer dough to a large plastic food storage bag and seal the top. Let rise in a warm place until doubled in size, about 1 hour. Meanwhile, re-insert the metal blade to process remaining almonds, sugar and cinnamon until coarsely chopped, about 5 times. Reserve.

Place dough on a lightly floured surface and punch dough down. Roll dough into a 10 x 13-inch rectangle. Brush dough with half of melted butter and sprinkle with reserved almond/sugar mixture. Fold the two long sides of dough in towards the middle, overlapping slightly. Place on baking sheet coated with vegetable oil cooking spray and brush with remaining melted butter. Cover and let rise 45 minutes. Preheat oven to 375°F for 15 minutes before baking.

Bake until browned, about 20 to 25 minutes. Cool on wire rack. Meanwhile, use the metal blade to combine powdered sugar and water until smooth, about 15 to 20 seconds. Drizzle over stollen and serve warm.

Nutritional information per serving:

*Calories 142 (31% from fat) • carb. 29g • pro. 4g • fat 7g • sat. fat 3g
• chol. 29mg • sod. 109mg • calc. 26mg • fiber 1g*

Classic White Bread

Spoil your family with homemade bread.

Makes 16 servings (2 loaves, 1 pound each)

- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- 2 teaspoons granulated sugar**
- ⅓ cup warm water (105-115°F)**
- 4 cups unbleached, all-purpose flour**
- 3 tablespoons unsalted butter, in 1-inch pieces**
- 1½ teaspoons table salt**
- 1 cup cold water**
- vegetable oil cooking spray**

In a 2-cup liquid measure dissolve yeast and sugar in warm water. Let sit until foamy, about 5 minutes.

Insert metal blade. Process flour, butter and salt until combined, about 10 to 15 seconds. Add cold water to yeast mixture. With machine running, add liquid through small feed tube as fast as flour absorbs it. Once dough cleans the sides of the work bowl and forms a ball, process for 45 seconds to knead dough. Place dough in a lightly floured plastic food storage bag and seal the top. Allow to sit in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Spray two 8 x 4-inch loaf pans with vegetable oil cooking spray. Place dough on a lightly floured surface and punch down. Divide dough in half and roll each half into a 8 x 4-inch rectangle. Beginning with a short end, roll up the dough jelly-roll fashion. Pinch the seam and ends tightly to seal. Place in greased loaf pans and cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray. Let rise until dough is just above the tops of the pans, about 45 minutes to 1 hour. Preheat oven to 400°F for 15 minutes before baking.

Bake until tops are browned and loaf sounds hollow when tapped, about 30 to 35 minutes. Remove from pans and cool on wire rack.

Nutritional information per serving:

*Calories 136 (16% from fat) • carb. 25g • pro. 3g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 6mg • sod. 219mg • calc. 80mg • fiber 1g*

Classic Wheat Bread

The nutty flavor of whole wheat makes this bread a favorite.

Makes 16 servings (2 loaves, 1 pound each)

- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- 1 tablespoon granulated sugar**
- ⅓ cup warm water (105-115°F)**
- 2 cups unbleached, all-purpose flour**
- 2 cups whole-wheat flour**
- 3 tablespoons unsalted butter, in 1-inch pieces**
- 1½ teaspoons table salt**
- 1 cup cold water**
- vegetable oil cooking spray**

In a 2-cup liquid measure dissolve yeast and sugar in warm water.
Let sit until foamy, about 5 minutes.

Insert metal blade. Process flours, butter and salt until combined, about 10 to 15 seconds. Add cold water to yeast mixture. With machine running, add liquid through small feed tube as fast as flour absorbs it. Once dough cleans the sides of the work bowl and forms a ball, process for 45 seconds to knead dough. Place dough in a lightly floured plastic food storage bag and seal the top. Allow to sit in a warm place until doubled in size, about 1 to 1½ hours.

Spray two 8 x 4-inch loaf pans with vegetable oil cooking spray. Place dough on a lightly floured surface and punch down. Divide dough in half and roll each half into a 8 x 4-inch rectangle. Beginning with a short end, roll up the dough jelly-roll fashion. Pinch the seam and ends tightly to seal. Place in greased loaf pans and cover with plastic wrap coated with vegetable oil cooking spray. Let rise until dough is just above the tops of the pans, about 45 minutes to 1 hour. Preheat oven to 400°F for 15 minutes before baking.

Bake until tops are browned and loaf sounds hollow when tapped, about 30 to 35 minutes. Remove from pans and cool on wire rack.

Nutritional information per serving:

*Calories 134 (17% from fat) • carb. 25g • pro. 4g • fat 3g • sat. fat 1g
• chol. 6mg • sod. 220mg • calc. 45mg • fiber 2g*

Pizza Dough

Once you see how simple Cuisinart pizzas are to make,
you will never order one to be delivered again.

Makes ¾ pound dough (enough for two 9-inch crusts or one 14-inch crust)

- 1 package (2¼ teaspoons) active dry yeast**
- 1 teaspoon granulated sugar**
- ⅔ cup warm water (105-115°F)**
- 1⅔ cups unbleached, all-purpose flour**
- ¾ teaspoon kosher salt**
- ¾ teaspoon extra virgin olive oil**

In a 2-cup liquid measure, dissolve yeast and sugar in warm water. Let stand until foamy, about 3 to 5 minutes. Insert metal blade in work bowl and add flour and salt. Add cold water to yeast mixture.

With machine running, pour liquid through small feed tube as fast as flour absorbs it. Process until dough cleans sides of work bowl and forms a ball. Then process for 30 seconds to knead dough. Dough may be slightly sticky. Coat dough evenly with olive oil; transfer to a plastic food storage bag and seal the top. Let rise in a warm place for about 45 minutes.

Place dough on a lightly floured surface and punch down. Roll into desired crust sizes and place on baking pans lightly sprayed with vegetable oil cooking spray.
Follow pizza recipe.

Nutritional information per serving (12 servings):

*Calories 69 (6% from fat) • carb. 14g • pro. 2g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 202mg • calc. 44mg • fiber 1g*

Cranberry–Orange Bread

Apples make this bread very moist – for a breakfast treat, slice and toast.

Makes 1 loaf (14 servings)

- nonstick oil cooking spray**
- 1¼ cups unbleached, all-purpose flour**
- 1½ teaspoons baking powder**
- ¼ teaspoon table salt**
- ¾ cup pecan halves, shelled**
- 3 strips orange zest**
- ⅔ cup granulated sugar**
- 1 small apple (about 5 ounces total), peeled, cored, cut into 1-inch pieces**
- 1 large egg**
- ½ teaspoon pure vanilla extract**
- ¼ cup unsalted butter, melted**
- 3 tablespoons buttermilk**
- ⅓ cup plus 1 tablespoon dried cranberries**

Preheat oven to 350°F. Lightly spray an 8 x 4-inch loaf pan with vegetable oil cooking spray. In a small bowl combine flour, baking powder and salt. Reserve. Insert metal blade and pulse to chop pecans coarsely, about 6 times. Reserve.

Process orange zest and sugar until zest is finely chopped, about 45 seconds. Add apple, egg and vanilla; process until combined, about 15 to 20 seconds. With machine running add butter and buttermilk through the small feed tube. Process until combined, about 10 to 15 seconds. Add cranberries, pecans and dry ingredients. Pulse until flour is just mixed in, about 5 to 6 times. Do not overprocess.

Transfer batter to prepared pan. Bake until golden brown and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 55 to 60 minutes. Cool in pan on a wire rack. Remove from pan and cool completely. For best results, wrap in plastic wrap and allow to rest for 24 hours before slicing.

Nutritional information per serving:

*Calories 169 (42% from fat) • carb. 23g • pro. 2g • fat 8g • sat. fat 3g
• chol. 24mg • sod. 81mg • calc. 13mg • fiber 1g*

Lowfat Banana Nut Bread

Wrap and freeze individual slices for a healthy lunchbox snack.

Makes 1 loaf (12 servings)

- nonstick cooking spray**
- 1 cup unbleached, all-purpose flour**
- 3 tablespoons walnut halves, shelled**
- ½ teaspoon baking powder**
- ½ teaspoon baking soda**
- ¼ teaspoon table salt**
- 1 ripe banana (about 5½ ounces), peeled, cut into 1-inch pieces**
- 1 large egg**
- 1 large egg white**
- ½ cup granulated sugar**
- ¼ cup plain nonfat yogurt**
- 2 tablespoons unsalted butter, in 1-inch pieces**
- 1 teaspoon pure vanilla extract**

Preheat oven to 350°F. Lightly coat an 8 x 4-inch loaf pan with nonstick cooking spray. Insert metal blade. Pulse to combine flour, nuts, baking powder, baking soda and salt, about 5 times. Reserve.

Process banana until puréed, about 30 seconds. Scrape work bowl and process an additional 10 seconds. Add egg, egg white, sugar, yogurt, butter and vanilla extract. Process until well combined, about 10 to 15 seconds. Add dry ingredients. Pulse until flour is just mixed in, about 5 to 6 times.

Pour into prepared pan. Bake until golden brown and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 50 minutes. Cool in pan on a wire rack for 20 minutes. Remove from pan and cool completely on wire rack.

Nutritional information per serving:

*Calories 109 (22% from fat) • carb. 19g • pro. 2g • fat 3g • sat. fat 1g
• chol. 23mg • sod. 135mg • calc. 39mg • fiber 1g*

Variation: For muffins, lightly spray 12 standard (½-cup) muffin cups with nonstick cooking spray. Divide the batter evenly among the 12 cups. Bake at 350°F for 16 to 20 minutes. For variety, add ¼ cup chocolate chips when pulsing in the flour mixture.

Carrot-Raisin Muffins

Moist and tasty breakfast treats, these muffins freeze well.

Makes 12 muffins

- 1½ cups unbleached, all-purpose flour**
- 1 cup bran flakes cereal**
- 1 tablespoon baking powder**
- ½ teaspoon ground cinnamon**

- ¼ teaspoon table salt**
- 1 medium carrot (about 3 ounces), peeled, cut to fit feed tube vertically**
- ⅓ cup walnut halves, shells removed**
- 3 strips orange zest**
- ⅔ cup firmly packed dark brown sugar**
- ¾ cup fat-free milk**
- 1 large egg**
- ¼ cup vegetable oil**
- ½ cup raisins**

Line 12 standard muffin cups with paper liners. Preheat oven to 375°F. In a small bowl combine flour, bran flakes, baking powder, cinnamon and salt; reserve.

Insert the medium shredding disc. Stand carrots upright in the feed tube and shred using medium pressure; reserve. Insert metal blade and pulse to coarsely chop walnuts, about 7 to 8 times. Reserve. Add orange zest and brown sugar; process until combined, about 20 to 30 seconds. Scrape bowl. Add milk, egg and oil. Process until combined, about 5 to 10 seconds. Add raisins, walnuts, carrots and dry ingredients. Pulse until flour is just mixed in, about 5 times.

Fill muffin cups ¾ full with batter. Bake until light golden brown on top and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 20 to 25 minutes. Remove from pan and cool on wire rack.

Nutritional information per muffin:

*Calories 205 (32% from fat) • carb. 32g • pro. 4g • fat 7g • sat. fat 1g
• chol. 18mg • sod. 213mg • calc. 92mg • fiber 2g*

Mocha-Pecan Coffee Cake

This do-ahead coffee cake will be a favorite for brunch.

Makes 16 servings

- nonstick cooking spray**
- ½ cup pecan halves**
- ⅓ cup semisweet chocolate chips**
- 3 tablespoons firmly packed light brown sugar**
- ¾ teaspoon instant coffee granules**
- 1½ cups unbleached, all-purpose flour**
- 1½ teaspoons baking powder**
- ¼ teaspoon table salt**
- 1⅓ cups granulated sugar**
- ¾ cup unsalted butter, in 1-inch pieces**
- 1 large egg**
- ¾ teaspoon pure vanilla extract**
- ¾ cup plus 2 tablespoons lowfat sour cream**

Preheat oven to 350°F. Lightly coat an 8-inch square baking pan with vegetable oil cooking spray. Insert metal blade in work bowl. Process pecans, chocolate chips, brown sugar and coffee granules until coarsely chopped, about 10 seconds. Reserve and wipe work bowl clean.

Combine flour, baking powder and salt in a small bowl; reserve. Process sugar and butter until creamy, about 20 seconds. Scrape work bowl and process an additional 15 to 20 seconds. Add egg and vanilla; process until smooth, about 30 seconds. Add sour cream; process until well combined, about 10 seconds. Scrape work bowl. Add reserved dry ingredients. Pulse until just incorporated, about 10 times.

Layer half of the batter, two-thirds of the topping, the remaining batter and remaining topping in prepared pan. Gently swirl with a knife to combine batter and topping. Bake until golden brown and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 55 to 65 minutes. Cool in pan on a wire rack for 20 to 30 minutes. Remove from pan and cool completely. For best results, wrap in plastic wrap and allow to rest for 24 hours before slicing.

Nutritional information per serving:

*Calories 256 (45% from fat) • carb. 33g • pro. 2g • fat 13g • sat. fat 7g
• chol. 38mg • sod. 77mg • calc. 60mg • fiber 1g*

Jalapeño Cornbread

Serve warm from the oven with Cilantro Lime Butter (recipe follows)

Makes 9 servings

nonstick cooking spray

1 cup yellow cornmeal

¾ cup unbleached, all-purpose flour

2½ teaspoons baking powder

½ teaspoon granulated sugar

¼ teaspoon table salt

1 small jalapeño pepper, seeded, cut into ½-inch pieces

1 cup nonfat milk

1 large egg

1 tablespoon unsalted butter, melted

Preheat oven to 400°F. Lightly coat an 8 x 8-inch baking pan with nonstick cooking spray. In a small bowl combine cornmeal, flour, baking powder, sugar and salt. Reserve.

Insert metal blade. Process jalapeño until finely chopped, about 5 seconds. Scrape bowl. Add milk, egg and butter; process to combine, about 5 to 10 seconds. Add dry ingredients. Pulse until flour and cornmeal are just combined, about 6 to 7 times. Pour into prepared pan and bake until golden and top springs back when touched, about 20 minutes. Cut into squares and serve warm with Cilantro-Lime Butter (recipe follows).

Nutritional information per serving:

*Calories 112 (19% from fat) • carb. 19g • pro. 4g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 27mg • sod. 220mg • calc. 85mg • fiber 2g*

Cilantro-Lime Butter

This compound butter is delicious on fresh corn on the cob.

Makes ½ cup

- ¼ cup fresh cilantro, washed and dried**
- 1 strip lime zest**
- 1 stick (½ cup) unsalted butter, softened**

Insert metal blade. Process cilantro and zest until finely chopped, about 20 seconds. Scrape bowl and process an additional 20 seconds. Add butter; process until smooth and well blended, about 15 seconds. Scrape bowl and process an additional 10 to 15 seconds.

Nutritional information per teaspoon:

*Calories 67 (100% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 7g • sat. fat 5g
• chol. 20mg • sod. 0mg • calc. 0mg • fiber 0g*

Almond-Pear Bread

Almonds and pears combine to make this rich, moist tea bread.

Makes 12 servings

Paste:

- ½ cup blanched almonds**
- ⅓ cup granulated sugar**
- 1 tablespoon plus 1 teaspoon water**
- ⅛ teaspoon almond extract**

Bread:

- nonstick cooking spray**
- ⅓ cup sliced almonds**
- ¾ cup plus 2 tablespoons unbleached, all-purpose flour**
- 1½ teaspoons baking powder**
- ¼ teaspoon table salt**
- ⅛ teaspoon baking soda**
- ½ pound ripe pears, peeled, cored, cut into 1-inch pieces**
- 1 large egg**
- ½ cup almond paste**
- ¼ cup unsalted butter, softened, cut into 1-inch pieces**

To make paste:

Use metal blade to process blanched almonds and sugar until finely ground, about 60 seconds. With machine running, add water and extract; process until combined, about 45 to 60 seconds longer. Paste can be made ahead and stored in the refrigerator in an airtight container for up to two weeks.

To make bread:

Preheat oven to 350°F. Lightly coat one 8 x 4-inch loaf pan with the nonstick cooking spray. Toast sliced almonds on a baking sheet until lightly browned, about 8 to 10 minutes. In a small bowl combine flour, baking powder, salt and baking soda; reserve.

Insert metal blade and process pears, egg, almond paste and butter until combined, about 30 seconds. Scrape bowl and process an additional 30 to 45 seconds. Add toasted almonds and reserved dry ingredients. Pulse to combine, about 6 to 7 times. Pour into prepared pan and bake until golden brown on top and a toothpick inserted in the center comes out clean, about 1 hour. Cool on wire rack for 30 to 40 minutes. Remove from pan and cool completely on wire rack. For best results wrap bread in plastic wrap and allow to rest for 24 hours before slicing.

Nutritional information per serving:

*Calories 165 (40% from fat) • carb. 22g • pro. 4g • fat 8g • sat. fat 1g
• chol. 18mg • sod. 62mg • calc. 62mg • fiber 2g*

Popovers with Variations

As this batter bakes, it “pops over” the sides of the baking cups.

Makes 6 popovers

- ¾ cup unbleached, all-purpose flour**
- ¾ cup lowfat milk**
- 2 large eggs**
- 1 tablespoon unsalted butter, melted**
- ½ teaspoon sea or table salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- nonstick cooking spray**

Insert the metal blade. Process the flour, milk, eggs, butter, salt and pepper until smooth, 25 to 30 seconds. Remove to a large measuring cup and allow to rest at room temperature for 30 to 45 minutes.

Preheat the oven to 450° F. Spray 6 muffin cups (½-cup size) with nonstick cooking spray. Set aside.

Divide the batter among the prepared muffin tins, filling each one about three-quarters full. Bake in the preheated hot oven (450° F) for 20 minutes. Do not peek or disturb, or the popovers might fall. Lower the heat to 375° F, and bake for 20 minutes. Remove from the pans and serve immediately.

Nutritional information per popover:

*Calories 107 (36% from fat) • carb. 13g • pro. 5g • fat 4g • sat. fat 2g
• chol. 79mg • sod. 236mg • calc. 53mg • fiber 0g*

Variations:

Pesto: Add 3 tablespoons Pesto, page 32, to the batter with the other ingredients. The baking time and temperature will remain the same.

Roasted Shallot and Rosemary: Before making the batter, insert the metal blade and chop 2 tablespoons fresh rosemary leaves using a short, quick pulse, 20 times. Add 2½ ounces of shallots that have been roasted, and process until smooth, 25 to 30 seconds. Continue with the recipe; the baking time and temperature will remain the same.



French Cut Green Beans with Shallots

The time-consuming French cut takes just seconds with a Cuisinart food processor.

Makes 6 servings

- 1½ pounds fresh green beans, trimmed, cut to fit feed tube horizontally**
- 3 large shallots, cut into 1-inch pieces**
- 1½ tablespoons olive oil**
- 6 tablespoons water**
- 2¼ teaspoons balsamic vinegar**
- ¼ teaspoon white pepper**
- ¼ teaspoon kosher salt**

Insert the slicing disc. Place beans horizontally in large feed tube and process using light pressure. Remove and reserve.

Insert metal blade. Process shallot until finely chopped, about 5 seconds.

Warm oil in a 3½-quart sauté pan over medium heat. Add chopped shallots and sauté until soft but not browned, about 2 minutes. Add green beans and sauté for 3 to 4 minutes. Add water and reduce heat to low. Cover pan and cook until crisp tender, about 8 to 10 minutes. Remove from heat and add vinegar. Season with pepper and salt. Serve warm.

Nutritional information per serving:

*Calories 80 (45% from fat) • carb. 9g • pro. 2g • fat 4g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 81mg • calc. 44mg • fiber 4g*

Glazed Carrots

A traditional favorite, updated with the zesty flavor of balsamic vinegar.

Makes 6 servings

- 1½ pounds carrots, peeled, cut to fit feed tube vertically**
- ⅓ cup firmly packed light brown sugar**
- 1 ounce fresh gingerroot, peeled, cut into ½-inch pieces**
- 4 strips orange zest, bitter white pith removed**
- 1½ tablespoons unsalted butter**
- 1 cup orange juice**
- 1½ tablespoons balsamic vinegar**

Insert the slicing disc. Place carrots in feed tube vertically and slice, using medium pressure. Remove and reserve.

Insert metal blade. Process brown sugar, gingerroot and zest until finely chopped, about 15 seconds.

Melt butter in a 3¼-quart saucepan over medium heat. Add zest mixture, juice and vinegar. Bring to a boil and add carrots. Reduce heat to medium-low. Cover and simmer until carrots are tender and glazed, about 13 to 16 minutes.

Nutritional information per serving:

*Calories 144 (17% from fat) • carb. 2g • pro. 1g • fat 3g • sat. fat 2g
• chol. 8mg • sod. 46mg • calc. 49mg • fiber 3g*

Potato and Leek Gratin

Leeks grow in very sandy soil, so wash thoroughly to remove all grit before using.

Makes 12 servings

nonstick cooking spray

- 1 pound leeks, cleaned well, tough outer layer removed, trimmed to about an inch of green above the white bulb, cut into 1-inch lengths**
- 2 tablespoons unsalted butter**
- 3 ounces good quality white bread**
- 1½ ounces Reggiano Parmigiano, cut into ½-inch pieces**
- 6 ounces Gruyère (not processed)**
- 2¼ pounds russet or gold potatoes, peeled, cut flat at ends**
- 1 can (12 ounces) evaporated skimmed milk, not reconstituted**
- 1¼ cups lowfat milk**
- ½ cup heavy cream**
- ¾ teaspoon ground nutmeg**
- ¾ teaspoon freshly ground black pepper**
- 1 teaspoon kosher salt**

Preheat the oven to 375°F. Spray a shallow 2½-quart ovenproof casserole dish with cooking spray. Cut a sheet of aluminum foil large enough to cover the casserole, spray one side of the foil with cooking spray and set aside.

Insert the metal blade. Place leeks in work bowl and pulse to chop, about 10 pulses. In a medium skillet, melt 1 tablespoon of the butter. Add the leeks, and cook over low heat for 20 to 25 minutes until they are light caramel in color. Remove from the heat and allow to cool.

Wipe out work bowl to dry. Add the bread to the work bowl and pulse to achieve coarse crumbs, about 20 to 25 pulses. With the machine running, drop the remaining butter down the small feed tube and process until the crumbs are medium and the butter is evenly distributed, about 30 seconds. Remove and reserve. With the machine running, drop the Parmesan down the small feed tube and process to chop finely, 10 to 15 seconds; leave in work bowl.

Insert the shredding disc; shred the Gruyère using medium pressure. Add one half cup of the cheeses to the breadcrumb mixture, reserve. Remove and reserve the remaining cheeses.

Insert the slicing disc. Use medium pressure to slice the potatoes. Neatly layer ⅓ of the potato slices in the bottom of the casserole. Top with half of the grated cheeses and half of the cooled caramelized leeks. Repeat, ending with a layer of the potatoes.

In a large saucepan, combine the milk, cream, nutmeg, pepper and salt. Stirring, bring this mixture to a boil. Carefully pour over the layered potatoes, leeks and cheeses. Top evenly with the buttered crumb and cheese mixture. Loosely cover with the foil and place in the preheated oven for 1½ hours. Test the potatoes for doneness. Depending on the type of potato, it may take up to 2 hours until tender. When the potatoes are tender, remove the foil and bake for 15 to 20 minutes longer, until the topping is light golden and crispy. Allow the gratin to rest for 15 to 20 minutes before serving.

Nutritional information per serving:

*Calories 248 (44% from fat) • carb. 24g • pro. 11g • fat 12g • sat. fat 7g
• chol. 39mg • sod. 396mg • calc. 337mg • fiber 3g*

Roasted Garlic and Parmesan Twice Baked Potatoes

Do these potatoes ahead to serve with grilled filets or London Broil.

Makes 4 servings

- 6 garlic cloves**
- extra virgin olive oil**
- 4 large baking potatoes (about 8 ounces each),
washed, pierced with a knife**
- 2 ounces Parmesan, cut into 1-inch pieces**
- 2 scallions, trimmed, cut into 1-inch pieces**
- ½ cup evaporated skim milk**
- 2 tablespoons unsalted butter, cut into 1-inch pieces**
- ¼ teaspoon white pepper**
- ¼ teaspoon kosher salt**

Preheat oven to 400°F. Place garlic cloves in a small ovenproof ramekin and drizzle with olive oil. Cover with aluminum foil. Lightly brush potatoes with olive oil. Place garlic and potatoes in preheated oven; roast garlic for 30 to 40 minutes and bake potatoes until fork-tender, about 1 hour. When cool enough to handle, cut off part of top of potato and scoop out flesh, leaving a ¼-inch thick shell. Reserve flesh and skins.

Insert metal blade. With machine running drop cheese through small feed tube and process until finely grated, about 30 seconds; reserve. Place scallions in work bowl and process until finely chopped, about 5 to 10 seconds. Scrape work bowl. Add garlic, milk, butter, reserved cheese, pepper and salt. Process until combined, about 12 seconds. Add potato flesh; pulse in very short quick pulses until just combined, about 10 to 12 times. Scrape bowl and pulse in very short quick pulses about 10 more times. Generously fill skins with potato-garlic mixture. Potatoes may be made ahead to this point and refrigerated until ready to bake.

Preheat oven to 350°F. Place potatoes in a 9-inch square baking pan and bake, uncovered, until tops are golden brown and potatoes are hot, about 20 to 25 minutes.

Nutritional information per serving:

*Calories 322 (28% from fat) • carb. 46g • pro. 12g • fat 10g • sat. fat 6g
• chol. 23mg • sod. 425mg • calc. 309mg • fiber 5g*



Entrées

Chili Lime Chicken with Grilled Pineapple and Zucchini

A wonderful summertime supper for the grill.

Makes 4 entrée servings

- 2 medium zucchini, about 6 ounces each, cleaned and trimmed to 4-inch lengths**
- ¼ fresh pineapple peeled and cored, cut to fit the feed tube**
zest of 2 limes, bitter white pith removed
- 1 garlic clove**
- ¼ cup fresh cilantro, loosely packed**
- 2 teaspoons kosher salt**
- 1 jalapeño pepper, about 3 inches in length, stemmed, halved and seeded**
- ½ cup fresh lime juice**
- 2 tablespoons orange marmalade**
- 2 teaspoons chili powder**
- ¼ cup extra virgin olive oil**
- 4 boneless, skinless chicken breast halves, pounded to an even thickness, about ½ inch**

Insert the slicing disc. Place the zucchini in the feed tube horizontally; use medium pressure to slice. Remove and reserve. Place the pineapple wedges in the feed tube; use medium pressure to slice. Remove and reserve.

Insert the metal blade. Use the pulse to chop the lime zest, about 10 times. With the machine running, drop the garlic down the feed tube to chop, 5 seconds. Add the cilantro, salt and jalapeño, pulsing to chop, 5 times. Add the lime juice, marmalade, and chili powder, process to combine, and with the machine running, add the olive oil in a steady stream, processing until emulsified, about 30 seconds.

Place the chicken in a shallow dish or large sealable plastic bag. Add half the marinade, turning the chicken thoroughly to coat. Allow to marinate for at least 30 minutes, but no longer than an hour. Add half the remaining marinade to the zucchini, and the remaining marinade to the pineapple, toss each gently to coat.

Preheat an indoor or outdoor grill. When hot, grill the chicken, about 5 to 6 minutes per side. The chicken is done when the juices no longer run pink when tested; take care not to overcook. Remove to a warm platter, cover loosely and reserve.

Drain the zucchini and pineapple. Grill 2 to 3 minutes on each side until tender.

To serve, arrange a fan of zucchini and pineapple slices on each plate and top with a chicken breast. The remaining zucchini and pineapple may be combined and passed as a side dish.

Nutritional information per serving:

*Calories 448 (35% from fat) • carb. 17g • pro. 56g • fat 17g • sat. fat 3g
• chol. 137mg • sod. 1249mg • calc. 59mg • fiber 2g*

Greek Burgers with Feta and Olive Tapenade

Makes 4 burgers

- 1 small garlic clove**
- 1 tablespoon fresh parsley, well packed**
- 1½ tablespoons capers, drained, rinsed and drained again**
- 2 ounces pitted imported green olives**
- ½ teaspoon fresh lemon juice**
- 1 tablespoon extra virgin olive oil**
- 1¼ pounds well-trimmed sirloin (include 1½ ounces of the hard fat), be sure all the gristle has been removed, cut into 1-inch cubes, frozen for 20 minutes**
- 2 teaspoons dried basil**
- 1 teaspoon dried oregano**
- ½ teaspoon freshly ground black pepper**
- 2 ounces feta, well drained and crumbled**
- 4 good quality rolls**
- mesclun or other lettuce**
- 1 roasted red bell pepper, drained and cut into ½-inch strips**

Insert the metal blade. With the machine running, drop the garlic down the feed tube; process 5 seconds to chop finely. Add the parsley, pulse to chop. Add the capers and olives, pulse to chop, 10 times. With the machine running, add the lemon juice and olive oil through the feed tube, process until the mixture has formed a rough paste, about 20 seconds. Remove and reserve. The tapenade may be made up to 2 days ahead.

Process the hard fat for 15 seconds to chop finely. Pulse the beef to rough chop, 15 to 20 times. Add the seasonings, pulsing to chop the beef further and incorporate the seasonings, another 15 times; do not overprocess. Add the feta, pulse to incorporate.

Divide the meat into 16 equal portions, and flatten to 4 inches in diameter. Top 8 of the rounds with a scant tablespoon of the olive tapenade, keeping a half-inch border all around. Place another burger patty on top of each one and press to seal. The burgers may be made ahead to this point, covered and refrigerated.

Preheat a grill pan or outdoor grill to very hot (a drop of water will dance when splattered on the grill pan). Cook the burgers over high heat, turning once, 4 to 6 minutes per side, depending on the desired degree of doneness.

Serve on rolls lined with lettuce, top with roasted red pepper strips and traditional tzatziki sauce.

Nutritional information per burger:

*Calories 504 (37% from fat) • carb. 22g • pro. 56g • fat 21g • sat. fat 7g
• chol. 106mg • sod. 699mg • calc. 152mg • fiber 2g*

Roasted Pork Loin with Apple, Onion and Dried Plum Stuffing

The roast can be prepared ahead of time, making this a great dish for entertaining.

Makes 8 servings

- 24 dried pitted plums or prunes**
- $\frac{3}{4}$ cup Applejack or brandy, divided**
- 2 ounces shallots**
- 2 garlic cloves**
- $1\frac{1}{2}$ tablespoons herbes de Provence**
- 2 teaspoons kosher salt**
- 1 teaspoon freshly ground black pepper**
- 1 three-pound boneless pork loin roast, whole, not cut and tied, well trimmed, with just a thin layer ($\frac{1}{8}$ inch or less) of fat remaining on top**
- $1\frac{1}{2}$ pounds onions, halved vertically**
- $1\frac{1}{2}$ pounds apples, peeled, cored and halved**
- 1 teaspoon extra virgin olive oil**
- 1 cup nonfat chicken stock**
- $\frac{1}{2}$ cup heavy cream**
- nonstick cooking spray**

Place the dried plums in a heatproof bowl. Heat half of the applejack or brandy and pour it over the dried plums; cover and allow the plums to macerate for at least 30 minutes. Insert the metal blade. With the machine running, drop the shallots and garlic through the small feed tube to chop, 10 seconds. Scrape the work bowl. Add the herbes de Provence, salt and pepper; process until a paste is formed, 30 to 40 seconds. Remove and reserve. Do not wash work bowl.

Place the roast on a cutting surface, fat side down. With sharp boning knife, cut down the center of the roast to within $\frac{1}{2}$ inch of the other side – the roast will open like a book. Carefully cut through the center of one side of the roast to within $\frac{1}{2}$ inch of the edge; open this side flat like a book. Repeat on the other side. Cover the open roast with a sheet of plastic wrap and pound with a flat meat pounder to even out. Rub both sides of the roast with the shallot mixture. Cover and refrigerate.

Insert the slicing disc. Slice the onions; remove and reserve. Slice the apples; remove and reserve. Heat the olive oil in a $5\frac{1}{2}$ -quart sauté pan over medium high heat. When hot, add the onions and cook until wilted, about 3 minutes. Add the sliced apples. Cook, stirring now and then, until the apples and onions are just tender and beginning to turn light golden brown, about 12 to 15 minutes. Remove; spread out on a baking sheet and let cool completely before continuing.

When the onion/apple mixture is cool, spread a $\frac{1}{2}$ -inch layer on the cut side of the roast to within 1 inch of the edges. Drain the plums and arrange in a double row down the center of the roast. Roll the roast and tie with butcher's twine, with the twine looped at 1-inch intervals. Pass the string around the loin ends and secure it through the loops on the other side. The roast may be done ahead to this point and refrigerated. Refrigerate the remaining onion/apple mixture.

Preheat the oven to 400°F. Spray a roasting pan with nonstick vegetable oil spray. Spread the remaining onion/apple mixture in the bottom of the pan. Place the pork roast on top. Roast at 400°F for 15 minutes, then lower heat to 375°F. Continue to roast for another 45 to 60 minutes, until the internal temperature of the roast measures 150°F when tested with an instant-read thermometer. Remove from the oven, transfer to a warmed platter, and cover loosely with foil. Let the roast rest for 20 minutes.

Strain the pan juices into a fat separator. Discard fat and pour the pan juices into a 2-quart Windsor pan. Add the remaining applejack and the chicken stock to the saucepan and bring to a boil; reduce by half. Add the cream; simmer for 10 minutes. Strain the sauce and keep warm.

To serve, slice the pork roast into ½-inch slices after it has rested. Serve with the sauce. This roast is also very good when roasted a day ahead. Allow to cool, then wrap and refrigerate. Slice just before serving.

Nutritional information per serving:

*Calories 549 (37% from fat) • carb. 34g • pro. 46g • fat 21g • sat. fat 8g
• chol. 139mg • sod. 554mg • calc. 69mg • fiber 5g*

Salmon and Pesto Potatoes

Just add a simple green salad for a quick and easy dinner.

Makes 4 servings

- 1 tablespoon extra virgin olive oil**
- 4 Yukon Gold or other new potatoes, 4 ounces each, well scrubbed, opposite ends trimmed flat with a knife**
- 4 teaspoons Pesto, p. 32**
- 1¼ pounds boneless, skinless salmon fillet, cut into 5-ounce portions**
- ½ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground pepper**
- 4 fresh basil leaves**

Preheat the oven to 400°F. Cut 4 pieces of aluminum foil, each 16 inches long.

Brush a 4 x 6-inch area in the center of each rectangle with olive oil. Set aside.

Insert the slicing disc. Slice the potatoes, one at a time; remove each potato, restack and reserve separately. Blanch potatoes in boiling water for 3 to 4 minutes. Drain and let cool.

Season each salmon fillet with salt and pepper. Fan out the slices of one potato on the oiled portion of a sheet of foil. Spread one teaspoon of the Pesto on the fanned slices. Top with a salmon fillet. Bring the two cut sides of the foil together over the center of the salmon, fold over 1 inch, then fold over 2 more times. Fold the ends in twice, in ½-inch folds, to complete the seal. Repeat until all the salmon and potatoes have been prepared and wrapped. Bake in the preheated oven for 18 minutes. While the salmon is in the oven, stack the basil leaves and roll. Slice in ⅛-inch intervals to create a chiffonade. The packets will be puffed; prick with the tip of a sharp knife to vent the steam, then carefully open. Serve immediately on warmed plates sprinkled with the basil chiffonade.

Nutritional information per serving:

*Calories 367 (31% from fat) • carb. 27g • pro. 34g • fat 12g
sat. fat 2g • chol. 72mg • sod. 266mg • fiber 2g*



Pizza

Pesto, Cheese and Fresh Tomato Pizza

Homemade pesto and fresh, ripe tomatoes from the garden make this a great summertime pizza.

Makes 1 pizza (14-inch) or 2 pizzas (9-inch) to serve 4

pizza dough, page 47

- ½ pound firm but ripe plum tomatoes**
- ½ ounce Reggiano Parmesan, cut into ½-inch cubes**
- 2 ounces fresh mozzarella, well chilled**
- 1½ ounces Italian Fontina cheese**
- 3 tablespoons Pesto, page 32**
- 1 teaspoon extra virgin olive oil**
- cornmeal for dusting the peel or pan**

Prepare the pizza dough and let it rise. Position the top rack of the oven about 8 inches from the top. If using a baking stone, place it on the rack. Preheat the oven to 500°F while preparing the pizza.

Bring 6 cups of water to a boil in medium saucepan. Cut a shallow “x” in the bottom of each tomato. Blanch the tomatoes in the boiling water for 30 seconds, then immediately plunge them into a bowl of iced water. When cool enough to handle, slip the skins off. Slice the stem end off each tomato; set aside.

Insert the metal blade. With the machine running, drop the Parmesan cheese cubes down the small feed tube; process 15 seconds and leave in bowl. Insert the shredding disc and shred the mozzarella and Fontina. Remove the cheese to a bowl; toss to combine, and reserve. Insert the slicing disc. Place the tomatoes in the small feed tube one at a time, and slice, using light pressure. Place the sliced tomatoes on a triple thick layer of paper towels to drain.

When the dough has risen, punch down and divide into 2 or 4 equal balls. Let rest 10 minutes. Roll the dough out to size. Place on a baker’s peel that has been sprinkled with cornmeal. Brush the edges with the olive oil. Using an offset spatula, spread the pizza to ¾ inch of the edges with the pesto sauce, using 3 tablespoons on each 14-inch pizza or 1½ tablespoons on each 9-inch pizza. Divide the shredded cheeses evenly and sprinkle on the pizzas. Top with the drained sliced tomatoes.

Carefully slide the pizza onto the stone (position the peel over the back edge of the stone, and use a rocking motion to shake and slide the pizza off the peel onto the stone), or place the pan in the hot oven. Bake the pizza for 5 minutes, then rotate it front to back for even baking. Bake for another 3 to 6 minutes, until the pizza is bubbly, and the edges of the dough are golden brown, puffed and crispy. Remove from the oven and let rest on a rack for 2 to 3 minutes before slicing.

Nutritional information per serving (four servings):

*Calories 363 (35% from fat) • carb. 45g • pro. 14g • fat 14g • sat. fat 6g
• chol. 27mg • sod. 721mg • calc. 336mg • fiber 3g*



Desserts

Hazelnut Butter Cookies

Melt-in-your-mouth delicious – keep this cookie dough on hand frozen and ready to bake when unexpected guests drop in.

Makes about 70 cookies

- 1¼ cups unbleached, all-purpose flour**
- ¾ cup (4 ounces) lightly toasted hazelnuts**
- ¼ teaspoon table salt**
- 12 ounces unsalted butter, at room temperature**
- ¾ cup powdered sugar**
- 1 tablespoon pure vanilla extract**

Insert the metal blade. Process the flour, hazelnuts, and salt, using the pulse, 15 to 20 times, to chop the hazelnuts and combine with the flour. Remove and reserve.

Process the butter, powdered sugar and vanilla until smooth and creamy. Add the reserved flour mixture and process until the dry ingredients are just incorporated. Turn out onto a lightly floured surface. Shape into 2 equal balls, wrap in plastic wrap. Refrigerate for about 30 minutes, until stiff enough to shape into logs. Shape into logs 10 inches long and 1¼ inches in diameter. Wrap well in plastic wrap, and refrigerate until firm, or double-wrap and freeze.

When ready to bake, preheat the oven to 350°F. Slice ¼-inch thick and place 2 inches apart on ungreased baking sheets. Bake in the preheated oven for 10 to 14 minutes, until the edges just begin to turn brown. Let cool on the baking sheets for 1 minute, then transfer to a rack to cool completely.

Nutritional information per cookie:

*Calories 56 (77% from fat) • carb. 3g • pro. 0g • fat 5g • sat. fat 0g
• chol. 10mg • sod. 8mg • calc. 4mg • fiber 0g*

Lemon Ginger Biscotti

Delicious with coffee or tea.

Makes about 50 biscotti

- 1½ ounces white chocolate, broken up, chilled**
- 1 ounce crystallized ginger**
- 1¼ cups unbleached, all-purpose flour**
- 1 teaspoon baking powder**
- ½ teaspoon table salt**
- zest of 1½ lemons, removed with a vegetable peeler,
bitter white pith removed**
- ¼ cup plus 2 tablespoons granulated sugar**

- ¼ cup unsalted butter, at room temperature**
- 1 large egg**
- ½ tablespoon brandy**
- ½ tablespoon pure vanilla extract**

Preheat the oven to 325°F.

Insert the metal blade. Use the pulse to chop the white chocolate, about 5 to 10 times; there should be no pieces larger than ½ inch. Remove and reserve. Use the pulse to chop the crystallized ginger, 10 to 15 times; there should be no pieces larger than ½ inch. Remove and reserve.

Pulse the flour, baking powder and salt to quick-sift. Remove and reserve. Process the zest with ¼ cup of the sugar until finely chopped, about 20 to 30 seconds. Add the remaining sugar and the butter, processing until smooth. The mixture may look curdled, but do not worry. With the machine running, add the egg with the brandy and vanilla. Scrape the work bowl. Add the flour mixture, chopped white chocolate and chopped ginger. Process to incorporate, about 10 seconds. Turn out onto a lightly floured surface and gather into a ball. Divide into 3 equal portions. Shape into flat logs, about 12 inches long and 1½ inches wide. Arrange on ungreased baking sheets and bake in a preheated 325°F oven for about 25 minutes.

Remove from the oven and let cool on the baking sheets for 10 minutes. Using a serrated knife, slice the logs at ½-inch intervals. Arrange on the baking sheet, so that the cut sides are exposed. Return to the oven and bake for another 20 to 25 minutes, until the biscotti are just beginning to turn golden and crispy. Allow to cool completely to finish the drying process. Store in an airtight container.

Nutritional information per biscotti:

*Calories 48 (46% from fat) • carb. 6g • pro. 1g • fat 2g • sat. fat 1g
• chol. 11mg • sod. 21g • calc. 5mg • fiber 1g*

Toffee Brownies

These sinfully delicious brownies just melt in your mouth.

Makes 16 brownies

nonstick cooking spray

- 2½ ounces unsweetened baking chocolate, broken into 1-inch pieces**
- 1½ cups granulated sugar**
- 10 tablespoons unsalted butter, melted and cooled until warm, not hot**
- 3 large eggs**
- 1½ teaspoons pure vanilla extract**
- ⅔ cup unbleached, all-purpose flour**
- 1 cup almond toffee bits**

Preheat oven to 350°F. Lightly coat a 9 x 9-inch baking pan with nonstick cooking spray. Cut and fold a sheet of aluminum foil so that it is 15 x 9 inches. Line pan with the foil, allowing two sides to overlap pan for easy removal from pan. Lightly coat foil lining with vegetable oil cooking spray.

Insert metal blade. Process chocolate until coarsely chopped, about 20 to 25 seconds. Add sugar and process until chocolate is as fine as the sugar, about 45 seconds.

With unit running, pour melted butter through the small feed tube and process until blended, about 20 to 25 seconds. Scrape work bowl. Add eggs and vanilla; process until fluffy and light, about 10 to 15 seconds. Add flour and toffee bits; pulse until just combined, about 5 to 6 times. Do not overprocess. Spread in prepared pan. Bake until top of brownies looks set and a toothpick inserted in the center comes out almost clean, about 30 to 35 minutes. (Due to the fudgy nature of the brownies, the toothpick will not be completely clean.) Cool in pan for 15 minutes. Use foil overhangs to remove from pan and allow to cool completely before slicing. Cut into 16 squares.

Nutritional information per brownie:

*Calories 236 (52% from fat) • carb. 26g • pro. 2g • fat 14g • sat. fat 1g
• chol. 59mg • sod. 62mg • calc. 21mg • fiber 0g*

Double Chocolate Chunk Cookies

Chocolate heaven!

Makes 36 cookies

- 5 ounces milk chocolate, chilled, broken into 1-inch pieces**
- 5 ounces white chocolate, chilled, broken into 1-inch pieces**
- 1⅓ cups less 1 tablespoon unbleached, all-purpose flour**
- ½ cup pecan halves**
- ½ teaspoon baking soda**
- ¼ teaspoon table salt**
- 1 large egg**
- ½ cup firmly packed light brown sugar**
- ½ cup granulated sugar**
- 2 tablespoons lowfat milk**
- 6 tablespoons unsalted butter, room temperature**
- 1 tablespoon pure vanilla extract**

Preheat oven to 375°F.

Insert metal blade and add chocolates. Use quick pulses to coarsely chop, about 10 to 12 times. Remove and reserve. Add flour, pecans, soda and salt; process to combine; about 5 seconds. Remove and reserve.

Process egg, sugars and milk for 1 minute. Scrape work bowl. Add butter and vanilla; process for 1 minute. Scrape work bowl. Add reserved dry ingredients and pulse until combined, about 5 pulses. Add chocolate and quickly pulse in, another 5 pulses.

Drop by rounded tablespoons, about 1 inch apart, onto ungreased baking sheets. Bake until golden brown, about 10 to 12 minutes. Allow to cool on baking sheet for 10 minutes; transfer to a wire rack to finish cooling.

Nutritional information per cookie:

*Calories 101 (53% from fat) • carb. 10g • pro. 1g • fat 6g • sat. fat 1g
• chol. 12mg • sod. 38mg • calc. 19mg • fiber 0g*

Peach Melba Crisp

When these two summertime fruits are out of season, try this crisp using apples or pears with dried cherries or cranberries.

Makes 6 servings

nonstick cooking spray

1½ pounds ripe but still firm peaches, peeled, halved and pitted*

4 to 6 tablespoons granulated sugar, depending on sweetness of the fruit

2 tablespoons instant tapioca

1½ tablespoons granulated sugar

1 cup fresh (or frozen, not in syrup) raspberries

⅓ cup oatmeal (regular, not instant or quick)

⅓ cup sliced almonds

3 tablespoons unbleached, all-purpose flour

¼ cup firmly packed brown sugar

½ teaspoon powdered ginger

½ teaspoon ground cinnamon

¼ teaspoon table salt

3 tablespoons unsalted butter

Preheat the oven to 375°F. Spray a shallow 8-cup baking dish with nonstick cooking spray. Set aside.

Insert the slicing disk. Use medium pressure to slice the peaches. Transfer to a large bowl. Add the 4-6 tablespoons of granulated sugar to taste, and the tapioca; toss gently to combine thoroughly. Transfer to the prepared baking dish and sprinkle with the raspberries.

Insert the metal blade. Use the pulse to combine the 1½ tablespoons of granulated sugar, oats, nuts, flour, brown sugar, ginger, cinnamon, salt and unsalted butter. Pulse to chop the nuts and incorporate the butter, about 10 to 15 times. Sprinkle the crumb mixture evenly over the fruit. Bake in the preheated oven for 35 to 40 minutes, until the peaches are bubbly and the topping is golden and crispy. Remove and let cool on a rack for 30 minutes before serving. Serve with whipped cream and vanilla ice cream.

*To peel peaches, cut a small “x” in the bottom of each peach. Blanch peaches in boiling water for 30 seconds, and then plunge immediately into ice cold water. The skins should slip off easily.

Nutritional information per serving:

*Calories 292 (30% from fat) • carb. 50g • pro. 4g • fat 10g • sat. fat 1g
• chol. 15mg • sod. 118mg • calc. 81mg • fiber 4g*

Apple Kuchen

This apple cake is also delightful when served for breakfast, brunch or coffee.

Makes 8 servings

- 6 ounces dried apricots**
- ½ cup plus 2 tablespoons water**
- nonstick cooking spray**
- 2 large Granny Smith or Golden Delicious Apples, peeled, cored and halved**
- juice of ½ lemon**
- 1 cup unbleached, all-purpose flour**
- ⅓ cup slivered almonds, lightly toasted**
- 1 teaspoon baking powder**
- ⅛ teaspoon salt**
- 2 tablespoons unsalted butter, at room temperature**
- ½ cup plus 2 tablespoons granulated sugar**
- 1 large egg**
- 1½ teaspoons pure vanilla extract**
- ¼ teaspoon almond extract**
- ⅓ cup lowfat sour cream**
- 1½ teaspoons ground cinnamon**
- 1½ tablespoons melted butter**

Bring the water to the boil in a saucepan or in the microwave. Add the apricots, return to the boil, then let sit until cool, about 20 to 30 minutes. Insert the metal blade. Purée the apricots and their cooking liquid until smooth, 4 to 5 minutes, stop the machine and scrape the work bowl 2 or 3 times. Remove and reserve.*

Preheat the oven to 350° F. Spray a 7x10-inch baking pan with nonstick cooking spray.

Insert the slicing disc. Arrange the apples in the feed tube so that the bottom of the apple is sitting on the blade. Use medium pressure to slice. Toss the sliced apples gently with the lemon juice. Set aside.

Pulse the flour, almonds, baking powder and salt until the nuts are roughly chopped, 10 to 12 times. Remove and reserve. Cream the butter, sugar, 3 tablespoons of the apricot purée, the vanilla and almond extracts until smooth, 45 seconds. Add egg and sour cream, process 30 seconds. Scrape the work bowl, process 15 seconds longer. Add the reserved dry ingredients and pulse just to incorporate, 10 to 12 times. Do not overprocess. The batter will be thick. Spread the batter evenly in the two prepared baking pans. Arrange the apples over the batter, 3 rows of 12 overlapping apple slices in each pan (for a nice effect, arrange the middle row in the opposite direction). Combine the cinnamon and sugar, sprinkle evenly over the apples. Drizzle with the melted butter. Bake in the preheated 350° oven to 45 to 50 minutes, until a cake tester comes out clean when inserted in the middle of the pan, and the sides of the cake pull away from the pan. Cool on a rack for 30 minutes before serving. May be made a day ahead. Remove from the pans when completely cool and wrap well. May also be frozen.

*This will yield 1 cup of apricot purée, enough to make this recipe 5 times. Leftover purée can be covered and refrigerated for 2 weeks, or frozen. Fruit purée may be substituted for part of the fat in many cake, brownie and cookie recipes. Do not remove all the fat or the product will be dry and tough.

Nutritional information per serving:

*Calories 312 (34% from fat) • carb. 46g • pro. 6g • fat 12g • sat. fat 4g
• chol. 43mg • sod. 95mg • calc. 69mg • fiber 8g*

Basic Cheesecake

Creamy, smooth and simple to prepare.

Chocoholics will love the double chocolate variation.

Makes 6 servings

- 3 lowfat honey graham crackers, broken into pieces**
- 1 tablespoon granulated sugar**
- 1 tablespoon unsalted butter**
- 1 pound lowfat cream cheese, at room temperature**
- ½ cup granulated sugar**
- 1 tablespoon pure vanilla extract**
- 2 large eggs, at room temperature**

Preheat the oven to 325°F.

Wrap the bottom and sides of a 7x3-inch springform pan in a sheet of oversized aluminum foil. There should be no seams in the foil, and it should come up to the top of the pan. Cut off any excess. Insert the metal blade. Process the graham crackers until they are fine crumbs, add the sugar and the butter through the feed tube, and process until the butter can no longer be seen. Press into the bottom of the prepared pan. Put in the freezer until ready to fill.

Wipe out the work bowl with a paper towel. Insert the metal blade. Process the cream cheese until smooth, about 20 to 30 seconds. Add the sugar and vanilla through the feed tube and process until smooth, about 30 seconds. Scrape down the sides of the work bowl. With the machine running, add one egg, process to incorporate, about 5 to 10 seconds, scrape down the sides of the work bowl. Add the second egg, process to incorporate, 5 to 10 seconds, scrape the work bowl, process for 5 seconds longer. Do not overprocess.

Carefully pour the cream cheese mixture into the prepared pan. Place in a roasting pan, and set on the rack of the oven. Carefully add hot water to the roasting pan until it reaches halfway up the sides of the springform pan. This is called a *bain marie* or water bath. Bake the cheesecake in the preheated oven for 60 minutes. The cheesecake will still look jiggy in the center. Do not worry.

Remove the cheesecake from the *bain marie*, remove the foil and place on a rack. Cool completely on a rack, then cover and refrigerate for at least 8 hours.

The cheesecake is best made a day ahead. If desired, garnish with fresh fruit.

Nutritional information per serving:

*Calories 287 (52% from fat) • carb. 25g • pro. 10g • fat 17g • sat. fat 9g
• chol. 103mg • sod. 459mg • calc. 96 mg • fiber 0g*

Double Chocolate Variation:

Before making the cheesecake, chop 5 ounces of good quality bittersweet or semisweet chocolate that has been broken up using the metal blade and pulse 20 to 30 times until roughly chopped and the chunks are not bigger than ½ inch. Melt 3 ounces in a double boiler set over barely simmering water.

Prepare the cheesecake batter, and pour 1⅓ cups into a bowl. Add the melted chocolate to the batter and process just to incorporate. Pour into the prepared pan and freeze until just firm, 2 to 3 hours. Stir the remaining chocolate chunks into the reserved batter. Pour over the frozen chocolate layer. Bake as instructed, but increase the baking time to 75 minutes.

Basic Flaky Pastry Dough

This recipe makes ample crust for a 9- to 11-inch regular or deep-dish pie or tart. Leftover pastry may be rolled out and cut into shapes to garnish the pie, or brushed with milk, sprinkled with sugar or cinnamon and sugar, and baked until lightly browned.

For a one-crust pie:

- 1½ cups unbleached, all-purpose flour**
- ¼ teaspoon table salt**
- ⅓ teaspoon baking powder**
- 8 tablespoons unsalted butter, cut into ½-inch pieces, well chilled**
- 2 tablespoons shortening, cut into ½-inch pieces, well chilled**
- 2 to 4 tablespoons ice water**

For a two-crust pie:

- 3 cups unbleached, all-purpose flour**
- ½ teaspoon table salt**
- ¼ teaspoon baking powder**
- 16 tablespoons unsalted butter, cut into ½-inch pieces, well chilled**
- 2 tablespoons shortening, cut into ½-inch pieces, well chilled**
- 5 to 8 tablespoons ice water**

Insert the metal blade. Process the flour, salt and baking powder to sift, 10 seconds. Add the well-chilled butter and shortening. Use short rapid pulses until the mixture resembles coarse cornmeal and no pieces of butter larger than a pea remain visible, 15 to 20 pulses. Sprinkle half the maximum ice water on the flour and butter mixture, then pulse 5 or 6 times. The dough will be crumbly, but should begin to hold together when a small amount is picked up and pressed together. Sprinkle on more water, a teaspoon (two for the two-crust recipe) at a time, with 2 to 3 quick pulses after each addition, adding just enough water for the dough to hold together easily when pressed into a ball. Add the liquid sparingly so that the dough is not sticky. Do not overprocess or the pastry will be tough, not tender and flaky.

Turn the dough out onto a lightly floured surface. Press together into a ball, then flatten into a disk about 6 inches in diameter (two disks for the two-crust recipe). Wrap in plastic wrap and refrigerate for 1 hour before continuing to allow the glutes in the flour to rest. The dough will keep refrigerated for up to 3 days, or may be frozen (double-wrapped) for up to a month, thaw at room temperature for an hour before using.

*To bake the pastry blind for a single-crust filled pie or tart, roll out pastry ⅛-inch thick to

fit pan, crimp and seal edges. Prick bottom all over with a fork. Chill for 30 minutes. Preheat the oven to 400°F. Line with a sheet of aluminum foil or parchment paper and fill with pie weights, dry rice or beans. Bake for 15 minutes.

Nutritional information per serving (2-crust, 12 servings):

*Calories 252 (60% from fat) • carb. 22g • pro. 3g • fat 17g • sat. fat 10g
• chol. 40mg • sod. 107mg • calc. 2mg fiber 1g*

Deep Dish Pear and Apple Pie

Pears and apples combine to make a delightful taste combination.

If you want, you may use all pears or all apples.

Makes a 10-inch deep dish pie /12 servings

pastry for a 2-crust pie, page 68

- 3 ripe but firm pears, about 8 ounces each, peeled, cored and quartered**
- juice from 1 lemon**
- ¼ cup pure maple syrup (not pancake syrup)**
- 1½ teaspoons pure vanilla extract**
- 3 Granny Smith apples, about 8 ounces each, peeled, cored and quartered**
- 4 tablespoons unbleached, all-purpose flour, divided**
- ¾ cup dried cranberries**

Preheat the oven to 400°F.

Roll out half the pastry to fit a 10-inch deep dish pie plate, leaving a ½-inch overhang. Refrigerate until ready to use.

Insert the slicing disk. Arrange the pear quarters in the feed tube. Use medium pressure to slice. Repeat until all the pears are sliced. Transfer to a bowl and toss gently with half of the lemon juice. Reserve. Arrange the apple quarters in the feed tube. Use medium pressure to slice. Transfer to a bowl and toss with the remaining lemon juice. Insert the metal blade. Process the maple syrup and vanilla to combine.

Layer half of the apples in the prepared piecrust, sprinkle with 1 tablespoon of the flour and 3 tablespoons of the dried cranberries. Top this with a layer of the pears sprinkled with 1 tablespoon of the flour and 3 tablespoons of the dried cranberries. Repeat both layers. Drizzle the maple syrup mixture evenly over the top of the fruit. Roll out the remaining pie crust about ⅛-inch thick to fit the pie plate. Brush the edges of the bottom crust with a little water. Carefully lay the top crust on the pie. Press gently to seal. Trim to the edge of the pie plate, crimp or flute decoratively. Make about 10 to 12 slits in the top crust decoratively with the tip of a very sharp knife. If desired, roll out some of the leftover crust and cut with small decorative cookie cutters. For this pie, you could use pears, apples and leaves. Brush the bottoms of the shapes with a little water and lay atop the crust in a decorative fashion.

Bake the pie in the bottom third of the preheated oven for 60 to 70 minutes, covering the edges with foil if they begin to get too browned after about 35 to 40 minutes. Let the pie rest on a cooling rack at least an hour before serving.

Nutritional information per serving:

*Calories 351 (43% from fat) • carb. 47g • pro. 4g • fat 17g • sat. fat 10g
• chol. 40mg • sod. 108mg • calc 13mg • fiber 3g*

Notes

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Notes

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

©2015 Cuisinart
150 Milford Road
East Windsor, NJ 08520

Printed in China
15CE015773

Trademarks or service marks referred to herein are the
trademarks or service marks of their respective owners.

G IB-13451-ESP

Todas marcas registradas o marcas de comercio
mencionadas en esta pertenecen a sus titulares
respectivos.

G IB-13451-ESP

©2015 Cuisinart
150 Milford Road
East Windsor, NJ 08520

Impreso en China

15CE015773

un disco de 1/8 pulgada (3 mm) de espesor. Cepillar la orilla del fondo de tarta con un poco de agua. Colocar cuidadosamente el segundo disco de masa encima. Presionar suavemente las orillas para sellar la tarta. Cortar el exceso de masa y acanalar la orilla con los dedos. Hacer 10–12 rajitas poco profundas en la masa con la punta de un cuchillo para decorar. Si desea, usar la masa restante para decorar la tarta, cortando por ejemplo la masa en forma de peras, manzanas y hojas. Cepillar la parte de abajo de las decoraciones con agua antes de pegarlas.

Meter al horno por 60–70 minutos, cubriendo la orilla con papel de aluminio después de 35–40 minutos para que no se queme. Dejar enfriar sobre una rejilla durante una hora o más antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 351 (43% de grasa) • Carbohidratos 47 g • Proteínas 4 g • Grasa 17 g • Grasa saturada 10 g • Colesterol 40 mg • Sodio 108 mg • Calcio 13 mg • Fibra 3 g

Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Formar un disco (o dos) de 6 pulgadas (15 cm) de diámetro. Envolver en una película de plástico y refrigerar durante 1 hora antes de continuar. La masa podrá guardarse en el refrigerador durante 3 días o en el congelador (envuelta en doble capa de película de plástico) durante un mes. Sacar del congelador una hora antes de usar.

*Para precocinar el fondo de tarta: Extender la masa hasta obtener un fondo de tarta de 1/4 pulgada (3 mm) de espesor. Colocar el fondo de tarta en un molde. Pinchar el fondo de tarta varias veces con los dientes de un tenedor. Refrigerar durante 30 minutos. Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Poner una hoja de papel de aluminio o papel sulfurizado encima de la masa y llenar parcialmente el molde con arroz crudo o frijoles secos. Hornear durante 15 minutos.

Información nutricional por porción (basada en 12 porciones):
Calorías 252 (60% de grasa) • Carbohidratos 22 g • Proteínas 3 g • Grasa 17 g • Grasa saturada 10 g • Colesterol 40 mg • Sodio 107 mg • Calcio 2 mg | Fibra 1 g

Tarta de manzanas y peras

La combinación de peras y manzanas es una delicia, pero si desea puede utilizar solamente manzanas o solamente peras.

Rinde 12 porciones (una tarta de 10 pulgadas/25 cm de diámetro)

- | | |
|-------|---|
| 2 | fondos de tarta (receta en la página anterior) |
| 3 | peras medianas maduras pero firmes, peladas y cortadas en cuartos |
| | Jugo de un limón |
| 1/4 | taza (60 ml) de jarabe de arce/maple |
| 1 1/2 | cucharadita de extracto natural de vainilla |
| 3 | manzanas Granny Smith grandes, peladas y cortadas en cuartos |
| 4 | cucharadas (60 g) de harina común |
| 3/4 | taza (90 g) de arándanos agrios secos |

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C).

Forrar un molde de 10 pulgadas (25 cm) de diámetro con masa. Refrigerar hasta el momento de usar.

Instalar el disco rallador. Disponer los cuartos de pera en la boca de llenado. Rebanar, usando presión moderada. Repetir con el resto de las peras. Revolver con la mitad del jugo de limón, en un cuenco. Reservar. Disponer los cuartos de manzana en la boca de llenado. Rebanar, usando presión moderada. Revolver con el jugo de limón restante, en un recipiente. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el jarabe de arce con la vainilla.

Repartir la mitad de las manzanas sobre el fondo de tarta; rociar con 1 cucharada de harina y 3 cucharadas de arándanos agrios. Repartir la mitad de las peras encima; rociar con 1 cucharada de harina y 3 cucharadas de arándanos agrios. Repetir. Rociar uniformemente con jarabe de arce. Extender el resto de la masa hasta formar

Si es posible, preparar la tarta de queso el día anterior. Servir con frutas frescas.

Información nutricional por porción:

Calorías 287 (52% de grasa) • Carbohidratos 25 g • Proteínas 10 g • Grasa 17 g • Grasa saturada 9 g • Colesterol 103 mg • Sodio 459 mg • Calcio 96 mg • Fibra 0 g

Variación con chocolate:

antes de preparar el relleno, poner 5 onzas (140 g) de chocolate semi-amargo o semi-duice en el bol y pulsar 20–30 veces para picarlo (los pedazos no deberían medir más de ½ pulgada/1.5 cm). Derretir 3 onzas (85 g) del chocolate a baño María. Preparar el relleno y reservar 1 ⅓ de la mezcla en un cuenco. Echar el chocolate derretido en el bol y procesar justo hasta incorporarlo. Echar la mezcla en el molde y congelar durante 2–3 horas. Revolver el resto de la mezcla con el chocolate picado. Echar la mezcla en el molde. Meter al horno por 75 minutos.

Masa de hojaldre básica

Esta receta incluye proporciones para preparar un fondo de tarta de 9–11 pulgadas (22–27 cm). El resto de la masa puede usarse para decorar la tarta. También la puede cepillar con leche y espolvorear azúcar o una mezcla de azúcar con canela encima y meterla al horno para hacer bocadillos.

Ingredientes para un fondo de torta:

- 1 ½ taza (185 g) de harina común
- ¼ cucharadita de sal
- ⅛ cucharadita de polvo de hornear
- 8 cucharadas (115 g) de mantequilla sin sal helada, en pedacitos
- 2 cucharadas (30 g) de mantequilla vegetal helada, en pedacitos
- 2–4 cucharadas de agua helada

Ingredientes para dos fondos de tarta:

- 3 tazas (375 g) de harina común
- ½ cucharadita de sal
- ¼ cucharadita de polvo de hornear
- 16 cucharadas (230 g) de mantequilla sin sal helada, en pedacitos
- 2 cucharadas (30 g) de mantequilla vegetal helada, en pedacitos
- 5–8 cucharadas de agua helada

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la sal y el polvo de hornear en el bol; procesar por 10 segundos para tamizar. Agregar la mantequilla y la mantequilla 15–20 veces, usando pulcaciones cortas, hasta que la mezcla adquiera la consistencia de la harina de maíz. Esparcir la mitad de la cantidad máxima de agua helada sobre la mezcla y pulsar 5–6 veces. La masa debería desmigajarse con facilidad pero empezar a formar una masa homogénea al apretarse entre los dedos. Agregar más agua, una cucharadita a la vez, pulsando 2–3 veces después de cada adición. Cuando la masa deja de desmigajarse, está lista. No agregar demasiado líquido, o la masa resultaría muy pegajosa. No procesar la masa durante mucho tiempo, o resultaría dura.

Meter al horno por 45–60 minutos, hasta que un probador introducido en el centro salga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla durante 30 minutos antes de servir. Puede prepararse el día anterior. Retirar del molde, dejar enfriar y envolver en una película de plástico. También puede congelarse.

*Esto rinde 1 taza (235 ml) de puré de albaricoque/chabacano/damasco, suficiente como para preparar 5 pasteles. El puré restante podrá conservarse en el refrigerador durante 2 semanas, o bien congelarse. Se puede sustituir puré de fruta a parte de la materia grasa en muchas recetas de pastel y galletas. Tenga cuidado de no eliminar toda la materia grasa, para que no se seque el pastel.

Información nutricional por porción:

Calorías 312 (34% de grasa) • Carbohidratos 46 g • Proteínas 6 g • Grasa 12 g • Grasa saturada 4 g • Colesterol 43 mg • Sodio 95 mg • Calcio 69 mg • Fibra 8 g

Tarta de queso clásica

Suave, cremosa y fácil de preparar.

A los amantes del chocolate les encantará la versión de chocolate.

Rinde 6 porciones

3	galletas "Graham" bajas en grasa, en pedazos
1	cucharada de azúcar granulada
1	cucharada (15 g) de mantequilla sin sal
1	libra (455 g) de queso crema bajo en grasa, a temperatura ambiente
½	taza (100 g) de azúcar granulada
1	cucharada de extracto natural de vainilla
2	nuevos grandes, a temperatura ambiente

Precalentar el horno a 325 °F (160 °C).

Forrar el fondo y los lados de un molde desmontable de 7 x 3 pulgadas (17 cm x 7 cm) con papel de aluminio, usando una hoja grande de una pieza. Cortar el exceso. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar las galletas hasta que estén finamente picadas. Agregar el azúcar y la mantequilla y seguir procesando hasta obtener una mezcla homogénea. Apisonar la mezcla en el fondo del molde preparado. Congelar hasta el momento de llenar.

Secar el bol. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el queso crema durante 20–30 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Agregar el azúcar y la vainilla y procesar durante 30 segundos adicionales. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar un huevo. Procesar durante 5–10 segundos, y luego raspar el bol. Agregar entonces un segundo huevo. Procesar durante 5–10 segundos, y luego raspar el bol. No procesar demasiado.

Verter la mezcla cuidadosamente en el molde. Colocar el molde en una bandeja y meter al horno. Verter agua caliente en la bandeja, hasta que alcance la mitad de la altura del molde. Esto se llama "baño María". Hornear durante 60 minutos. El centro de la tarta parecerá medio cocido; esto es normal.

Retirar el molde del agua, quitar el papel de aluminio y dejar enfriar sobre una rejilla. Cuando esté frío, cubrir y refrigerar durante 8 horas o más.

"Kuchen" de manzanas

Este delicioso pastel de manzanas es perfecto para el desayuno o el desayuno-almuerzo, o para servir con café.

Rinde 8 porciones

6	onzas (170 g) de albaricoques/chabacanos/damascos secos
1/2	taza + 2 cucharadas (125 ml) de agua
	Spray vegetal
2	manzanas Granny Smith o Golden grandes, peladas y partidas en dos
	jugo de 1/2 limón
1	taza (125 g) de harina común
1/3	taza (50 g) de palitos de almendras, ligeramente tostados
1	cucharadita de polvo de hornear
1/8	cucharadita de sal
2	cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
1/2	taza + 2 cucharadas de azúcar granulada
1	huevo grande
1 1/2	cucharadita de extracto natural de vainilla
1/4	cucharadita de extracto natural de almendra
1/3	taza (120 ml) de crema agria baja en grasa
1 1/2	cucharadita de canela en polvo
1 1/2	cucharada (25 g) de mantequilla derretida

Poner el agua a hervir. Agregar los albaricoques, dejar hervir otra vez, y luego dejar enfriar durante 20–30 minutos. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar los albaricoques y el jugo de cocción durante 4–5 minutos, raspando el bol 2–3 veces. Reservar.

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C) y engrasar un molde de 7 x 10 pulgadas (17 cm x 20 cm) con spray vegetal.

Instalar el disco rebanador. Colocar las manzanas en la boquilla de llenado, una a la vez. Rebanar, usando presión moderada. Revolver con jugo de limón. Reservar.

Poner la harina, las almendras, el polvo de hornear y la sal en el bol y pulsar 10–12 veces. Retirar del horno y reservar. Poner la mantequilla, 1/2 taza del azúcar, 3 cucharadas del puré de albaricoque, la vainilla y el extracto de almendra en el bol y procesar durante 45 segundos. Agregar el huevo y la crema agria y procesar durante 30 segundos. Raspar el bol y procesar durante 15 segundos adicionales.

Agregar los ingredientes secos y procesar durante 10–12 segundos, justo hasta incorporarlos. No procesar demasiado. La mezcla será espesa. Echar la mezcla en el molde preparado. Disponer las manzanas encima, en 3 filas de 12 rebanadas ligeramente superpuestas. Para un hermoso efecto, disponer la fila del medio en dirección opuesta a las otras. Mezclar la canela y el azúcar restante y esparcir la mezcla encima de las manzanas. Esparcir mantequilla derretida encima.

Postre crujiente de duraznos y frambuesas

Este sabroso postre también puede prepararse con manzanas/peras y cerezas/arándanos agrios.

Rinde 6 porciones

Spray vegetal

1½ libra (680 g) de duraznos maduros pero firmes, pelados*

4-6 cucharadas de azúcar granulada, a gusto

2 cucharadas de tapioca instantánea

1½ cucharada de azúcar granulada

1 taza (125 g) de frambuesas frescas

⅓ taza (40 g) de copos de avena (no utilice avena instantánea)

⅓ taza (45 g) de almendras en láminas

3 cucharadas de harina común

¼ taza (50 g) de azúcar rubia

½ cucharadita de jengibre en polvo

½ cucharadita de canela en polvo

¼ cucharadita de sal

3 cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal

Precalentar el horno a 375 °F (190 °C). Engrasar un molde bajo de 8 tazas (1.9 L) con aceite vegetal. Reservar.

Instalar el disco rallador. Rebanar los duraznos, usando presión moderada. Reservar, en un recipiente grande. Agregar 4-6 cucharadas de azúcar granulada y la tapioca y revolver. Repartir en el molde y esparcir las frambuesas encima.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner 1½ cucharada de azúcar granulada, la avena, las almendras, la harina, el azúcar rubia, la canela, la sal y la mantequilla en el bol. Pulsar 10-15 veces. Esparcir la mezcla sobre las frutas. Meter al horno por 35-40 minutos, hasta dorarse. Retirar del molde y dejar enfriar sobre una rejilla durante 30 minutos antes de servir. Servir con nata montada y helado de vainilla.

*Para pelar los duraznos fácilmente, cortar una X debajo de cada uno. Escaldar en agua hirviente durante 30 segundos, y luego sumergir en agua helada. La piel se pelará fácilmente.

Información nutricional por porción:

Calorías 292 (30% de grasa) • Carbohidratos 50 g • Proteínas 4 g • Grasa 10 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 15 mg • Sodio 118 mg • Calcio 81 mg • Fibra 4 g

Calorías 101 (53% de grasa) • Carbohidratos 10 g • Proteínas 1 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 12 mg • Sodio 38 mg • Calcio 19 mg • Fibra 0 g

Información nutricional por galleta:

lados para formar "asas". Engrasar ligeramente el papel de aluminio con spray vegetal. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el chocolate durante 20–25 segundos, hasta que esté picado grueso. Agregar el azúcar y procesar durante 45 segundos adicionales, hasta que el chocolate esté tan fino como el azúcar.

Sin apagar la máquina, agregar la mantequilla derretida por la boca de llenado pequeña y procesar durante 20–25 segundos. Raspar el bol. Agregar los huevos y la vainilla; procesar por 10–15 segundos. Agregar la harina y los caramelos; pulsar 5–6 veces. No procesar demasiado. Repartir en el molde preparado. Meter al horno por 30–25 minutos, hasta que un probador introducido en el centro saiga casi limpio (el probador no saldrá completamente limpio, por el chocolate derretido). Dejar enfriar en el molde durante 15 minutos. Retirar del molde, usando las "asas" de papel de aluminio. Cortar en 16 cubos.

Información nutricional por "brownie":
Calorías 236 (52% de grasa) • Carbohidratos 26 g • Proteínas 2 g • Grasa 14 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 59 mg • Sodio 62 mg • Calcio 21 mg • Fibra 0 g

Galletas de dos chocolates

Para los amantes del chocolate.

Rinde 36 galletas

5	onzas (140 g) de chocolate con leche, en pedazos, helado
5	onzas (140 g) de chocolate blanco, en pedazos, helado
1 1/3	taza menos 1 cucharada (150 g) de harina común
1/2	taza (50 g) de pacanas
1/2	cucharadita de bicarbonato de sodio
1/4	cucharadita de sal
1	nuevo grande
1/2	taza (100 g) de azúcar rubia
1/2	taza (100 g) de azúcar granulada
2	cucharadas de leche baja en grasa/semi-descremada
6	cucharadas (85 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
1	cucharada de extracto natural de vainilla

Precalentar el horno a 375 ° F (190 ° C).

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora y poner el chocolate en el bol. Pulsar 10–12 veces para picar grueso. Retirar del horno y reservar. Poner la harina, las pacanas, el bicarbonato y la sal en el bol; procesar durante 5 segundos. Retirar del horno y reservar. Poner el huevo, el azúcar y la leche en el bol y procesar durante 1 minuto. Raspar el bol. Agregar la mantequilla y la vainilla; procesar por 1 minuto. Raspar el bol. Agregar los ingredientes secos y pulsar 5 veces. Agregar el chocolate y pulsar 5 veces más.

Echar cucharadas de la mezcla sobre una placa para horno no engrasada, a una distancia de 1 pulgada (2.5 cm) una de otra. Meter al horno por 10–12 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar sobre la placa durante 10 minutos, y luego terminar de enfriar sobre una rejilla.

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Engrasar un molde de 9 x 9 pulgadas (22 cm x 22 cm) con spray vegetal. Cortar y doblar un pedazo de papel de aluminio de 15 x 9 pulgadas (37 cm x 22 cm). Forrar el molde con el papel de aluminio, dejando traslapar los

- 1 taza (200 g) de "toffees" (caramelos masticables) de almendras
- 3/4 taza (85 g) de harina común
- 1 1/2 cucharadita de extracto natural de vainilla
- 3 huevos grandes
- temperatura ambiente
- 10 cucharadas (145 g) de mantequilla sin sal, derretida y a
- 1 1/3 taza (300 g) de azúcar granulada
- 2 1/2 onzas (75 g) de chocolate de repostería, en pedazos
- Spray vegetal

Rinde 16 "brownies"

Estos "brownies" tentadoramente deliciosos se derriten en la boca.

"Brownies" de caramelos

Calorías 48 (46% de grasa) • Carbohidratos 6 g • Proteínas 1 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 11 mg • Sodio 21 g • Calcio 5 mg • Fibra 1 g

Información nutricional por "biscotti":

completamente. Conservar en un recipiente hermético.

horno, acostados. Meter al horno por 20–25 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar cada barra en "biscotti" de 1/2 pulgada (1.5 cm). Colocar los "biscotti" sobre la placa para Retirar del horno y dejar enfriar sobre la placa para horno durante 10 minutos. Cortar las barras sobre una placa para horno y meter al horno por 25 minutos.

porciones iguales. Formar barras planas de 12 x 1 1/2 pulgadas (30 cm x 4 cm). Disponer mezclar. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Dividir la masa en 3 picado y el jengibre picado. Procesar durante aproximadamente 10 segundos para y la vainilla por la boca de llenado. Raspar el bol. Agregar la harina, el chocolate blanco puede parecer cuajada; esto es normal. Encender la máquina y echar el huevo, el coñac restante y la mantequilla y procesar hasta obtener una mezcla homogénea. La mezcla en el bol y procesar durante 20–30 segundos para obtener ralladura. Agregar el azúcar tamizar. Retirar del horno y reservar. Poner la cáscara de limón y 1/4 taza (50 g) del azúcar Poner la harina, el polvo de hornear y la sal en el bol y pulsar un par de veces para deberían medir más de 1/2 pulgada/1.5 cm). Retirar del horno y reservar.

reservar. Poner el jengibre en el bol y pulsar 10–15 veces para picar (los pedazos no para picar (los pedazos no deberían medir más de 1/2 pulgada/1.5 cm). Retirar del horno y Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el chocolate en el bol y pulsar 5–10 veces

Precalentar el horno a 325 °F (160 °C).

- 1/4 taza (55 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
- 1 nuevo grande
- 1/2 cucharada de Coñac/Brandy
- 1/2 cucharada de extracto natural de vainilla



Galletas de avellanas

Deliciosas galletas que se derriten en la boca. La masa puede congelarse, para siempre tener galletas frescas.

Rinde aproximadamente 70 galletas

1¼	taza (155 g) de harina común
¾	taza (85 g) de avellanas ligeramente tostadas
¼	cucharadita de sal
12	onzas (360 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
¾	taza (150 g) de azúcar glasé
1	cucharada de extracto natural de vainilla

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, las avellanas y la sal en el bol y pulsar 15–20 veces. Retirar del horno y reservar.

Procesar la mantequilla, el azúcar glasé y la vainilla hasta obtener una mezcla suave y cremosa. Agregar la mezcla de harina y procesar justo hasta incorporar los ingredientes. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada. Dividir en 2 porciones y envolver en una película de plástico.

Refrigerar durante 30 minutos, o hasta que esté firme. Formar rollos de 10 x 1¼ pulgadas (25 cm x 3 cm). Envolver en una película de plástico y refrigerar hasta que la masa esté firme (o congelar).

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Cortar cada rollo en rodajas de ¼ pulgada (5 mm) y disponerlas sobre placas para horno no engrasadas. Meter al horno durante 10–14 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar sobre la placa para horno durante 1 minuto, y luego terminar de enfriar sobre una rejilla.

Información nutricional por galleta:

Calorías 56 (77% de grasa) • Carbohidratos 3 g • Proteínas 0 g • Grasa 5 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 10 mg • Sodio 8 mg • Calcio 4 mg • Fibra 0 g

"Biscotti" de limón y jengibre

Perfectos para comer con té o café.

Rinde aproximadamente 50 "biscotti"

1½	onza (45 g) de chocolate blanco, en pedazos y helado
1	onza (30 g) de jengibre cristalizado
1¼	taza (155 g) de harina común
1	cucharadita de polvo de hornear
⅓	cucharadita de sal
¼	cáscara de 1½ limón, en tiras (sin la parte blanca)
¼	taza + 2 cucharadas de azúcar granulada

Pizza de tomates frescos, queso y pesto

Deliciosa pizza estival, especialmente si la prepara con pesto casero y tomates del jardín.
Rinde 4 porciones (una pizza de 14 pulgadas/35 cm o 2 pizzas de 9 pulgadas/22 cm)

Masa de pizza (receta en la página 47)

- 1/2 libra (225 g) de tomates italianos maduros pero firmes
- 1/2 onza (15 g) de queso Reggiano Parmigiano, en cubitos
- 2 onzas (55 g) de queso Mozzarella fresco, helado
- 1 1/2 onza (45 g) de queso Fontina italiano
- 3 cucharadas de pesto (receta en la página 32)
- 1 cucharadita de aceite de oliva virgen extra

Harina de maíz para enharinar la pala de pizza o la placa para horno.

Preparar la masa de pizza y dejar leudar. Colocar la rejilla superior del horno a aproximadamente 8 pulgadas (20 cm) del techo del horno. Si usa una piedra de hornear, ponerla en el horno. Precalentar el horno a 500 ° F (260 ° C).
Poner a hervir 6 tazas (1,4 L) de agua en una cacerola mediana. Cortar una "x" debajo de cada tomate. Escaldar los tomates en agua hirviendo durante 30 segundos, y luego sumergirlos inmediatamente en agua helada. Cuando estén lo suficientemente frías, quitar la piel. Cortar el lado del tallo y reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el queso Parmesano en la boca de llenado y procesar durante 15 segundos. Dejar el queso en el bol. Instalar el disco rallador y rallar el queso Mozzarella y el queso Fontina. Reservar. Instalar el disco rebanador. Colocar los tomates en la boca de llenado, uno por uno, y rebanar, usando presión ligera. Poner las rodajas sobre tres capas de toallas de papel para absorber el jugo.

Una vez leudada, aplastar la masa para desinflarla y dividirla en 2 o 4 porciones. Dejar reposar durante 10 minutos. Estirar cada porción de masa con un rodillo hasta formar un disco del tamaño deseado. Colocar el disco sobre una pala de pizza enharinada con harina de maíz. Cepillar la orilla con aceite de oliva. Esparcir el pesto hasta 3/4 pulgada (2 cm) de la orilla, usando una espátula larga. Usar 3 cucharadas de pesto por pizza de 14 pulgadas (35 cm) o 1 1/2 cucharadas de pesto por pizza de 9 pulgadas (22 cm). Esparcir el queso uniformemente encima de cada pizza. Disponer las rodajas de tomate encima.

Deslizar suavemente la pizza sobre la piedra de hornear o la placa para horno. Meter al horno por 5 minutos. Después de este tiempo, girar la piedra/placa para lograr una cocción uniforme. Hornear durante 3–6 minutos adicionales, hasta dorarse la orilla. Retirar del horno y dejar enfriar durante 2–3 minutos sobre una rejilla antes de cortar.

Información nutricional por porción:

Calorías 363 (35% de grasa) • Carbohidratos 45 g • Proteínas 14 g • Grasa 14 g • Grasa saturada 6 g • Colesterol 27 mg • Sodio 721 mg • Calcio 336 mg • Fibra 3 g

"Papillotes" de salmón y papas al pesto

Sírvalos con una simple ensalada verde para una cena fácil y rápida.

Rinde 4 porciones

1	cucharada de aceite de oliva virgen extra
4	papas Yukon Gold u otras papas nuevas medianas, restregadas pero no peladas
4	cucharaditas de pesto (receta en la página 32)
1¼	libra (670 g) de filete de salmón, en porciones de 5 onzas (140 g)
½	cucharadita de sal kosher
¼	cucharadita de pimienta recién molida
4	hojas de albahaca fresca

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Preparar 4 hojas de papel de aluminio de 16 pulgadas (40 cm).

Cepillar un área de 4 x 6 pulgadas (15 cm x 10 cm) en el centro de cada rectángulo con aceite de oliva. Reservar.

Instalar el disco rebanador. Rebanar las papas una a la vez. Volver a formar cada papa con las rodajas; reservar. Escaldar las papas en agua hirviendo durante 3–4 minutos. Escurrir y dejar enfriar.

Sazonar el salmón con sal y pimienta. Abrir cada papa en abanico y disponerla sobre el área aceitada del papel de aluminio. Esparcir una cucharadita de pesto sobre las rebanadas. Colocar un filete de salmón encima. Envolver en el papel de aluminio, doblando cada lado sobre sí mismo tres veces. Doblar las extremidades sobre sí mismas dos veces para sellar el "papillote". Envolver cada porción de la misma manera. Meter al horno durante 18 minutos. Mientras tanto, picar la albahaca, formando un rollo apretado con las hojas y cortando éstas a intervalos de ¾ pulgada. Cuando los "papillotes" estén hinchados, pincharlo con la punta de un cuchillo y abrirlos cuidadosamente. Servir inmediatamente sobre platos calientes, después de decorar con albahaca.

Información nutricional por porción:

Calorías 367 (31% de grasa) • Carbohidratos 27 g • Proteínas 34 g • Grasa 12 g

Grasa saturada 2 g • Colesterol 72 mg • Sodio 266 mg • Fibra 2 g

picaadora/mezcladora. Encender la máquina y echar los chalotes y el ajo por la boca de llenado; procesar durante 10 segundos, hasta que estén finamente picados. Raspar el bol. Agregar las hierbas provenzales, la sal y la pimienta y procesar durante 30–40 adicionales. Retirar del horno y reservar. No lavar el bol.

Colocar el lomo sobre una tabla de cortar, la grasa apuntando hacia abajo. Hacer una incisión en el centro, hasta ½ pulgada (1.5 cm) del fondo, para abrir el lomo como un libro. Cortar cuidadosamente el lado transversalmente, hasta ½ pulgada (1.5 cm) de la orilla, y abrir como un libro. Haga lo mismo del otro lado. Cubrir con una película de plástico y ablandar con un ablandador de carne. Cepillar cada lado con la mezcla de chalote. Cubrir y refrigerar.

Instalar el disco rebanador y rebanar las cebollas. Reservar. Rebanar las manzanas; reservar. Calentar el aceite de oliva a fuego medio-alto, en una sateadora grande. Una vez caliente, agregar la cebolla y rehogar durante 3 minutos. Agregar entonces las manzanas. Cocer, revolviendo de vez en cuando, durante 12–15 minutos, hasta que las manzanas y las cebollas empiecen a dorarse. Retirar del fuego, repartir sobre una placa para horno y dejar enfriar completamente.

Cuando las manzanas/cebollas estén frías, esparcir una capa de ½ pulgada (1.5 cm) encima del lomo abierto, hasta 1 pulgada (2.5 cm) de la orilla. Escurrir las ciruelas y disponerlas en dos filas en el centro del lomo. Enrollar el lomo y atarlo cuidadosamente con hilo de cocina, a intervalos de 1 pulgada (2.5 cm). Pasar el hilo por las extremidades y asegurarlo, haciendo un nudo en el lado opuesto. Refrigerar hasta el momento de usar.

Refrigerar el resto de las manzanas/cebollas.

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Engrasar una charola con spray vegetal. Repartir el resto de las manzanas/cebollas en el fondo. Colocar el lomo encima. Asar a 400 °F (200 °C) durante 15 minutos, y luego ajustar la temperatura a 375 °F (190 °C). Asar durante 45–60 minutos adicionales, hasta que la temperatura interna de la carne (medida con un termómetro instantáneo) alcance 150 °F (65 °C). Poner en una fuente caliente y cubrir sin apretar con papel de aluminio. Dejar reposar durante 20 minutos.

Colar el jugo de cocción con un separador de grasa. Tirar la grasa y verter el jugo en una cacerola para salsa. Agregar el licor restante y el caldo de pollo y hervir a fuego lento hasta reducir a la mitad. Agregar la crema y cocer a fuego lento durante 10 minutos adicionales. Colar y mantener caliente.

Cortar el lomo en rebanadas de ½ pulgada (1.5 cm). Servir con la salsa. El lomo también puede prepararse el día anterior. Dejar enfriar, envolver en una película de plástico y refrigerar. Cortarlo justo antes de servir.

Información nutricional por porción:

Calorías 549 (37% de grasa) • Carbohidratos 34 g • Proteínas 46 g • Grasa 21 g • Grasa saturada 8 g • Colesterol 139 mg • Sodio 554 mg • Calcio 69 mg • Fibra 5 g

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina. Echar el ajo en la boca de llenado y procesar por 5 segundos. Agregar el perejil y pulsar para picar. Agregar las alcaparras y las aceitunas; pulsar para picar. Encender la máquina y echar el jugo de limón y el aceite de oliva en la boca de llenado; procesar durante aproximadamente 20 segundos, hasta que la mezcla forme una pasta homogénea. Retirar del horno y reservar. Refrigerar hasta el momento de usar, durante 2 días máximo.

Poner la grasa dura en el bol y pulsar 15 veces para picar. Agregar la carne y pulsar 15–20 veces. Agregar las hierbas y la pimienta y pulsar 15 veces más. Agregar el queso Feta y pulsar para incorporar a la mezcla.

Dividir la mezcla en 16 porciones y formar discos de 4 pulgadas (10 cm) de diámetro. Esparcir un poco menos de una cucharada de "tapenade" sobre 8 de los discos, hasta media pulgada (1.5 cm) de la orilla. Colocar otro disco encima y presionar para sellar. Refrigerar hasta el momento de usar.

Precalentar el grill o la parrilla hasta que esté muy caliente. Asar las hamburguesas 4–6 minutos por cada lado, a gusto.

Servir sobre un pan, con lechuga, pimiento asado y salsa Tzatziki tradicional.

Información nutricional por hamburguesa:

Calorías 504 (37% de grasa) • Carbohidratos 22 g • Proteínas 56 g • Grasa 21 g • Grasa saturada 7 g • Colesterol 106 mg • Sodio 699 mg • Calcio 152 mg • Fibra 2 g

Lomo de cerdo asado con relleno de manzana, cebolla y ciruelas secas

Este sabroso plato, que puede preparase por adelantado, es ideal para las fiestas.

Rinde 8 porciones

24	ciruelas pasas/secas deshuesadas
¾	taza (175 ml) de Applejack o coñac/Brandy
2	onzas (55 g) de chalote
2	dientes de ajo
1½	cucharada de hierbas provenzales (Herbes de Provence)
2	cucharaditas de sal kosher
1	cucharadita de pimienta negra recién molida
1	lomo de cerdo de tres libras, deshuesado, entero, con una capa fina de grasa en la parte superior
1½	libra (680 g) de cebollas, partidas verticalmente
1½	libra (680 g) de manzanas, peladas y partidas a la mitad
1	cucharadita de aceite de oliva virgen extra
1	taza (235 ml) de caldo de pollo sin grasa
½	taza (120 ml) de crema líquida para batir ("heavy cream")

Spray vegetal

Colocar las ciruelas en un tazón a prueba de calor. Calentar la mitad del licor y echarlo sobre las ciruelas. Cubrir y dejar macerar durante 30 minutos o más. Instalar la cuchilla

Instalar el disco rebanador. Colocar los calabacines horizontalmente en la boca de llenado y rebanarlos, usando presión moderada. Retirar del horno y reservar. Poner los pedazos de piña en la boca de llenado y rebanarlos, usando presión moderada. Retirar del horno y reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la cáscara de limón en el bol y pulsar 10 segundos, hasta que esté finamente picado. Agregar el cilantro, la sal y el jalapeño y pulsar 5 veces. Agregar el jugo de limón, la mermelada y el chile y procesar durante unos segundos para mezclar. Sin apagar la máquina, agregar lentamente el aceite de oliva y procesar durante 30 segundos, hasta que el aliño esté emulsionado.

Colocar el pollo en una fuente baja o una bolsa hermética grande. Aliñar el pollo con la mitad de la marinada. Dejar marinar durante 30–60 minutos. Revolver suavemente la mitad de la marinada restante con los calabacines y la otra mitad con la piña.

Precalentar el grill o la parrilla. Una vez caliente, asar el pollo durante 5–6 minutos por cada lado. El pollo está cocido cuando su jugo ya no sale rosado al pincharlo con la punta de un cuchillo. Poner sobre un plato caliente y cubrir con papel de aluminio; reservar.

Escurrir los calabacines y la piña. Asar durante 2–3 minutos por cada lado, hasta que estén tiernos.

Disponer los calabacines y la piña en abanico sobre platos y colocar el pollo encima. Mezclar los calabacines y la piña restantes y servir como acompañamiento.

Información nutricional por porción:

Calorías 448 (35% de grasa) • Carbohidratos 17 g • Proteínas 56 g • Grasa 17 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 137 mg • Sodio 1249 mg • Calcio 59 mg • Fibra 2 g

Hamburguesas griegas con queso Feta y "tapenade" de aceitunas

Rinde 4 hamburguesas

1	diente de ajo pequeño
1	cucharada de perejil fresco
1½	cucharada de alcaparras, lavadas y escurridas
2	onzas (55 g) de aceitunas verdes deshuesadas
½	cucharadita de jugo de limón fresco
1	cucharada de aceite de oliva virgen extra
1¼	libra (670 g) de aguayón ("sírlon") con 1½ onza (45 g) de grasa dura, en cubos y congelado por 20 minutos
2	cucharaditas de perejil seco
1	cucharadita de orégano seco
½	cucharadita de pimienta negra recién molida
2	onzas (55 g) de queso Feta desmenuzado
4	panes para hamburguesa de buena calidad
1	hojas de lechuga
	pimiento dulce rojo asado (escurrido), en tiras de ½ pulgada (1.5 cm)

Pollo picante con piña y calabacines asados

Ideal para una cena de verano.

Rinde 4 porciones

2	calabacines ("zucchini") medianos, en trozos grandes
½	piña fresca, pelada y cortada para caber en la boca de llenado
1	diente de ajo
¼	taza (15 g) de cilantro fresco
2	cucharaditas de sal kosher
1	jalapeño medio, sin semillas, partido longitudinalmente
½	taza (120 ml) de jugo de lima/limón verde fresco
2	cucharadas de mermelada de naranja
2	cucharaditas de chile en polvo
¼	taza (60 ml) de aceite de oliva virgen extra
4	mitades de pechuga de pollo, deshuesadas y ablandadas hasta medir ½ pulgada (1.5 cm) de espesor

Información nutricional por porción:
Calorías 322 (28% de grasa) • Carbohidratos 46 g • Proteínas 12 g • Grasa 10 g • Grasa saturada 6 g • Colesterol 23 mg • Sodio 425 mg • Calcio 309 mg • Fibra 5 g

Reservar.
Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Colocar el ajo en un pequeño molde y rociar un poco de aceite de oliva encima. Cubrir con papel de aluminio. Cepillar ligeramente las papas con aceite de oliva. Meter el ajo y las papas al horno. Asar el ajo durante 30–40 minutos y las papas durante aproximadamente 1 hora, hasta que estén tiernas. Retirar del horno y dejar enfriar ligeramente. Cuando las papas estén tibias, cortar la parte superior y quitar la pulpa, dejando "cáscaras" de ¼ pulgada (5 mm) de espesor.
Reservar.
Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el queso por la boca de llenado pequeña y procesar durante 30 segundos. Reservar. Poner las cebolletas en el bol y procesar durante 5–10 segundos. Raspar el bol. Agregar el ajo, la leche, la mantequilla, el queso picado, la pimienta y la sal. Procesar durante 12 segundos. Agregar la carne de las papas y pulsar 10–12 veces. Raspar el bol y pulsar 10 veces más. Llenar las "cáscaras" con la mezcla. Refrigerar hasta el momento de usar.
Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Disponer las papas en una bandeja de 9 x 9 pulgadas (22 cm x 22 cm) y meter al horno por 20–25 minutos, hasta que las papas estén calientes.

½	taza (120 ml) de leche sin grasa/descremada evaporada
2	cucharadas (55 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
¼	cucharadita de pimienta blanca recién molida
¼	cucharadita de sal kosher

Platos principales



1 cucharadita de sal kosher

Precalentar el horno a 375 ° F (190 ° C). Engrasar una cazuela de 2½ cuartos de galón (2.4 l) con spray vegetal. Preparar una hoja de papel de aluminio suficientemente grande para cubrir la cazuela. Engrasar un lado de la hoja con spray vegetal y reservar. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el puerro en el bol y pulsar aproximadamente 10 veces para picarlo. Derretir una cucharada (15 g) de mantequilla en un sartén mediano. Agregar el puerro y cocer a fuego lento durante 20–25 minutos, hasta caramellizarse ligeramente. Retirar del fuego y dejar enfriar.

Secar el bol. Poner el pan en el bol y pulsar 20–25 veces para picarlo grueso. Encender la máquina y echar la mantequilla restante en la boca de llenado pequeña. Procesar durante aproximadamente 30 segundos. Retirar del horno y reservar. Encender la máquina y echar el queso Parmesano en la boca de llenado; procesar durante 10–15 segundos, hasta que el queso esté finamente picado. Dejar el queso en el bol.

Instalar el disco rallador; rallar el queso Gruyère, usando presión moderada. Revolver media taza de queso con el pan rallado; reservar. Reservar el resto el queso.

Instalar el disco rebanador; rebanar las papas, usando presión moderada. Disponer ⅓ de las rebanadas en el fondo de la cazuela. Esparcir la mitad del queso rallado y la mitad del puerro caramellizado encima. Repetir, terminando con una capa de papas.

Colocar la leche, la crema, la nuez moscada, la pimienta y la sal en una cacerola grande. Poner a hervir, revolviendo. Verter la mezcla cuidadosamente sobre las papas. Esparcir la mezcla de queso con mantequilla encima. Cubrir sin apretar con el papel de aluminio y meter al horno por 1½ hora. Al cabo de este tiempo, averiguar si las papas están tiernas. Si no lo están, dejar en el horno (ciertas variedades de papas necesitan hasta 2 horas para cocerse). Una vez tiernas, retirar el papel de aluminio y seguir horneando por 15–20 adicionales, hasta dorarse. Dejar enfriar durante 15–20 minutos antes de servir.

Información nutricional por porción:
Calorías 248 (44% de grasa) • Carbohidratos 24 g • Proteínas 11 g • Grasa 12 g • Grasa saturada 7 g • Colesterol 39 mg • Sodio 396 mg • Calcio 337 mg • Fibra 3 g

Papas rellenas con ajo asado y queso Parmesano

Estas papas, que pueden prepararse por adelantado, son perfectas para acompañar "London Broil" o filetes asados.

Rinde 4 porciones

6	dientes de ajo
4	aceite de oliva virgen extra
4	papas grandes, lavadas y perforadas con la punta de un cuchillo
2	onzas (55 g) de queso Parmesano, en cubitos
2	cebollitas ("scallions"), en trozos

Zanahorias glaseadas

Receta clásica, con sutil sabor a vinagre balsámico.

Rinde 6 porciones

1½	libra (680 g) de zanahorias, peladas y cortadas para caber verticalmente en la boca de llenado
⅓	taza (100 g) de azúcar rubia
1	onza (30 g) de jengibre fresco, pelado, en trocitos
4	tiras de cáscara de naranja (sin la piel blanca)
1½	cucharada (25 g) de mantequilla sin sal
1	taza (235 ml) de jugo de naranja
1½	cucharada de vinagre balsámico

Instalar el disco rebanador. Colocar las zanahorias verticalmente en la boca de llenado y rebanarlas, usando presión moderada. Retirar del horno y reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el azúcar rubia, el jengibre y la cáscara de naranja en el bol y procesar durante 15 segundos.

Derretir la mantequilla a fuego medio, en una cacerola mediana. Agregar la ralladura, el jugo de naranja y el vinagre. Cuando la mezcla empieza a hervir, agregar las zanahorias. Reducir el fuego. Tapar y cocer a fuego lento durante 13–16 minutos, hasta que las zanahorias estén suaves.

Información nutricional por porción:
Calorías 144 (17% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 1 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 8 mg • Sodio 46 mg • Calcio 49 mg • Fibra 3 g

Gratén de papas y puerro

Los puerros crecen en tierra arenosa. Lávelos bien antes de usarlos.

Rinde 12 porciones

Spray vegetal

1	libra (455 g) de puerros (parte blanca y una pulgada de parte verde), en trozos
---	---

2	cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal
3	onzas (85 g) de pan blanco de buena calidad

1½	onza (45 g) de queso Reggiano Parmigiano, en cubitos
6	onzas (170 g) de queso Gruyère (queso suizo)

2¼	libras (1 kg) de papas "Russet" o doradas, peladas
1	lata de 12 onzas (355 ml) de leche evaporada baja en grasa

1¼	taza (295 ml) de leche baja en grasa/semi-descremada
½	taza (120 ml) de crema líquida para batir ("heavy cream")

¾	cucharadita de nuez moscada rallada
¾	cucharadita de pimienta negra recién molida

Información nutricional por "popover":
Calorías 107 (36% de grasa) • Carbohidratos 13 g • Proteínas 5 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 79 mg • Sodio 236 mg • Calcio 53 mg • Fibra 0 g

Variaciones:

Pesto: Agregar 3 cucharadas de pesto (receta en la página 32) a la mezcla. Hornear según las instrucciones.

Chalote asado y romero: Antes de preparar la mezcla, instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner 2 cucharadas de romero fresco en el bol y pulsar 20 veces. Agregar 2½ onzas (75 g) de chalotes asados y procesar durante 25–30 segundos. Hornear según las instrucciones.

Habichuelas estilo francés con chalotes

El proceso usualmente laborioso de cortar las habichuelas longitudinalmente se hace muy fácil y rápido gracias a la procesadora de alimentos Cuisinart.

Rinde 6 porciones

1½	libra (680 g) de habichuelas/judías verdes frescas, cortadas para caber horizontalmente en la boca de llenado
3	chalotes grandes, en trozos
1½	cucharada de aceite de oliva
6	cucharadas de agua
2¼	cucharaditas de vinagre balsámico
¼	cucharadita de pimienta blanca recién molida
¼	cucharadita de sal kosher

Instalar el disco rebanador. Disponer las habichuelas horizontalmente en la boca de llenado y rebanarlas, usando presión ligera. Retirar del horno y reservar.
Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar los chalotes durante aproximadamente 5 segundos, hasta que estén finamente picados.
Poner el aceite a calentar a fuego medio, en una sartén grande. Cuando el aceite esté caliente, agregar los chalotes y saltearlos durante aproximadamente 2 minutos, hasta que estén suaves, pero sin permitir que se doren. Agregar las habichuelas y saltear durante 3–4 minutos. Agregar el agua y reducir el fuego. Tapar y cocer durante 8–10 minutos, hasta que las habichuelas estén tiernas pero firmes. Retirar del fuego y agregar el vinagre. Sazonar con sal y pimienta.
Servir tibio.

Información nutricional por porción:
Calorías 80 (45% de grasa) • Carbohidratos 9 g • Proteínas 2 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 81 mg • Calcio 44 mg • Fibra 4 g

Acompañamientos

finalmente picadas. Sin apagar la máquina, agregar el agua y el extracto de almendra y procesar durante 45–60 segundos adicionales. Poner la mezcla en un recipiente hermético y refrigerar hasta el momento de usar, hasta 2 un máximo de semanas.

Preparación del bizcocho:

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Engrasar levemente un molde de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm) con spray vegetal. Disponer las almendras sobre una placa para horno y meter al horno por 8–10 minutos, hasta dorarse. Mezclar la harina, el polvo de hornear, la sal y el bicarbonato en un tazón pequeño; reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las peras, la pasta de almendra y la mantequilla en el bol; procesar por 30 segundos. Raspar el bol y procesar durante 30–45 segundos adicionales. Agregar las almendras tostadas y los ingredientes secos. Pulsar 6–7 veces para mezclar. Meter al horno por aproximadamente 1 hora, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro salga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 30–40 minutos. Desmoldar y terminar de enfriar sobre la rejilla. Idealmente, envolver en una película de plástico y esperar 24 horas antes de cortar/servir.

Información nutricional por porción:
 Calorías 165 (40% de grasa) • Carbohidratos 22 g • Proteínas 4 g • Grasa 8 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 18 mg • Sodio 62 mg • Calcio 62 mg • Fibra 2 g

"Popovers"

Mini soufflés, perfectos para comerse así o rellenos.

Rinde 6 "popovers"

¾	taza (95 g) de harina común
¾	taza (175 ml) de leche baja en grasa/semi-descremada
2	nuevos grandes
1	cucharada (15 g) de mantequilla sin sal, derretida
½	cucharadita de sal regular o sal marina
¼	cucharadita de pimienta negra recién molida
Spray vegetal	

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la leche, los huevos, la mantequilla, la sal y la pimienta en el bol; procesar durante 25–30 segundos. Poner la mezcla en una taza de medir grande y dejar reposar a temperatura ambiente durante 30–45 minutos.

Precalentar el horno a 450 °F (230 °C) y engrasar 6 moldes para muffins con spray vegetal. Reservar.

Dividir la masa entre los moldes, llenándolos hasta los tres cuartos. Meter al horno por 20 minutos, sin abrir la puerta durante la cocción. Después de este tiempo, ajustar la temperatura a 375 °F (190 °C) y hornear durante 20 minutos adicionales. Servir aún calientes.

Mantequilla de cilantro con lima

Ideal para acompañar "pan" de maíz o mazorcas de maíz.

Rinde ½ taza (1 ½ g)

- ½ taza (30 g) de cilantro fresco, lavado y secado
- 1 tira de cáscara de lima/limón verde
- ½ taza (1 ½ g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el cilantro y la cáscara de limón en el bol; procesar durante 20 segundos. Raspar el bol y procesar durante 20 segundos adicionales. Agregar la mantequilla y procesar durante aproximadamente 15 segundos, hasta obtener una mezcla homogénea. Raspar el bol y procesar durante 10–15 segundos adicionales.

Información nutricional por cucharadita:
Calorías 67 (100% de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 7 g • Grasa saturada 5 g • Colesterol 20 mg • Sodio 0 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g

"Pan" de almendra con peras

Este sabroso bizcocho, perfecto para servir con té, es el resultado de la deliciosa combinación de peras con almendras.

Rinde 12 porciones

Pasta de almendras:

- ½ taza (60 g) de almendras sin piel
- ⅓ taza (100 g) de azúcar granulada
- 1 cucharada + 1 cucharadita de agua
- ⅓ cucharadita de extracto de almendra

Bizcocho:

- Spray vegetal
- ⅓ taza (45 g) de almendras en láminas
- ¾ taza + 2 cucharadas de harina común
- 1 ½ cucharadita de polvo de hornear
- ¼ cucharadita de sal
- ⅓ cucharadita de bicarbonato de sodio
- ½ libra (225 g) de peras maduras, en pedazos
- 1 huevo grande
- ½ taza (50 g) de pasta de almendras
- ¼ taza (55 g) de mantequilla sin sal, en pedazos, a temperatura ambiente

Preparación de la pasta de almendras:

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las almendras y el azúcar en el bol; procesar durante aproximadamente 60 segundos, hasta que las almendras estén

Meter al horno por 55–65 minutos, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro saiga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 20–30 minutos. Retirar del molde y terminar de enfriar sobre la rejilla. Idealmente, envolver en plástico y esperar 24 horas antes de cortar.

Información nutricional por porción:
Calorías 256 (45% de grasa) • Carbohidratos 33 g • Proteínas 2 g • Grasa 13 g • Grasa saturada 7 g • Colesterol 38 mg • Sodio 77 mg • Calcio 60 mg • Fibra 1 g

"Pan" de maíz con jalapeño

Sirvalo caliente con mantequilla de cilantro y limón (receta a continuación)

Rinde 9 porciones

Spray vegetal

- 1 taza (125 g) de harina de maíz amarilla
- ¾ taza (95 g) de harina común
- 2½ cucharaditas de polvo de hornear
- ½ cucharadita de azúcar granulada
- ¼ cucharadita de sal
- 1 jalapeño pequeño, sin semillas, en trocitos
- 1 taza (235 ml) de leche sin grasa/descremada
- 1 nuevo grande
- 1 cucharada (15 g) de mantequilla sin sal, derretida

Precalentar el horno a 400 ° F (200 ° C). Engrasar un molde de 8 x 8 pulgadas (20 cm x 20 cm) con spray vegetal. Revolver la harina de maíz, la harina, el polvo de hornear, el azúcar y la sal en un tazón pequeño. Reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el jalapeño en el bol y procesar durante 5 segundos. Raspar el bol. Agregar la leche, el huevo y la mantequilla y procesar durante 5–10 segundos. Agregar los ingredientes secos. Pulsar 6–7 veces, justo hasta incorporar la harina. Echar la mezcla en el molde preparado y meter al horno por 20 minutos, hasta dorarse. Cortar en cubos y servir aún caliente con mantequilla de cilantro con limón (receta a continuación).

Información nutricional por porción:
Calorías 112 (19% de grasa) • Carbohidratos 19 g • Proteínas 4 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 27 mg • Sodio 220 mg • Calcio 85 mg • Fibra 2 g

mezcladora. Poner las nueces en el bol; pulsar 7–8 veces para picar. Reservar. Poner la cáscara de naranja y el azúcar moreno en el bol y procesar durante 20–30 segundos. Raspar el bol. Agregar la leche, el huevo y el aceite. Procesar durante 5–10 segundos para mezclar. Agregar las pasas, las nueces, la zanahoria y los ingredientes secos. Pulsar 5 veces, justo hasta incorporar la harina.

Llenar los molde a los ¾ con la mezcla. Meter al horno por 20–25 minutos, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro salga limpio. Desmoldar y dejar entrar sobre una rejilla.

Información nutricional por "muffin":

Calorías 205 (32% de grasa) • Carbohidratos 32 g • Proteínas 4 g • Grasa 7 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 18 mg • Sodio 213 mg • Calcio 92 mg • Fibra 2 g

"Coffee cake" moca con pacanas

Este delicioso bizcocho, que puede prepararse por adelantado, es perfecto para el desayuno-almuerzo.

Rinde 16 porciones

Spray vegetal

½	taza (50 g) de pacanas
⅓	taza (90 g) de chispas de chocolate semi-dulce
3	cucharadas llenas de azúcar rubia
¾	cucharaditas de café instantáneo
1½	taza (185 g) de harina común
1½	cucharadita de polvo de hornear
¼	cucharadita de sal
1⅓	taza (300 g) de azúcar granulada
¾	taza (170 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1	nuevo grande
¾	cucharadita de extracto natural de vainilla
¾	taza + 2 cucharadas de crema agria baja en grasa

Precalentar el horno a 350°F (180 °C). Engrasar un molde de 8 x 8 pulgadas (20 cm x 20 cm) con spray vegetal. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las pacanas, las chispas de chocolate, el azúcar rubia y el café instantáneo en el bol; procesar durante 10 segundos. Reservar y secar el bol.

Mezclar la harina, el polvo de hornear y la sal en un tazón pequeño; reservar. Poner el azúcar y la mantequilla en el bol; procesar durante 20 segundos, hasta obtener una mezcla cremosa. Raspar el bol y procesar durante 15–20 segundos adicionales. Agregar el huevo y la vainilla y procesar durante 30 segundos. Agregar la crema agria y procesar durante 10 segundos. Raspar el bol. Agregar los ingredientes secos. Pulsar 10 veces para mezclar.

Echar en el molde, en orden: la mitad de la mezcla, dos tercios de las pacanas picadas, el resto de la mezcla y el resto de las pacanas. Revolver suavemente con la punta de un cuchillo.

cm) con spray vegetal. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, las nueces, el polvo de hornear, el bicarbonato de sodio y la sal en el bol; pulsar 5 veces para mezclar. Reservar.

Poner el banano en el bol y procesar durante 30 segundos. Raspar el bol y procesar durante 10 segundos adicionales. Agregar el huevo, la clara, el azúcar, el yogur y la vainilla. Procesar durante 10–15 segundos, hasta obtener una mezcla homogénea.

Agregar los ingredientes secos. Pulsar 5–6 veces para mezclar.

Echar la mezcla en el molde. Meter al horno por aproximadamente 50 minutos, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro salga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 20 minutos. Desmoldar y terminar de enfriar sobre la rejilla.

Información nutricional por porción:

Calorías 109 (22% de grasa) • Carbohidratos 19 g • Proteínas 2 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 23 mg • Sodio 135 mg • Calcio 39 mg • Fibra 1 g

Variación: Para preparar "muffins" de banano con nueces, engrasar moldes para muffins con spray vegetal. Dividir la mezcla entre los 12 moldes. Meter al horno por 16–20 minutos. Agregar ¼ taza (45 g) de chips de chocolate a la mezcla, junto con la harina, si desea.

"Muffins" de zanahoria con pasas

Estos "muffins" jugosos y sabrosos son perfectos para el desayuno y se congelan muy bien.

Rinde 12 "muffins"

1 ½	taza (185 g) de harina común
1	taza (80 g) de copos de salvado ("bran flakes")
1	cucharada de polvo de hornear
½	cucharadita de canela en polvo
¼	cucharadita de sal
1	zanahoria mediana, pelada y cortada para caber verticalmente en la boca de llenado
⅓	taza (60 g) de nueces
3	tiras de cáscara de naranja
⅔	taza llena (135 g) de azúcar moreno
¾	taza (175 ml) de leche sin grasa/descremada
1	nuevo grande
¼	taza (60 ml) de aceite vegetal
½	taza (80 g) de pasas

Forrar 12 moldes para muffins con pirotones (moldes de papel). Precalentar el horno a 375 °F (190 °C). Revolver la harina, el salvado, el polvo de hornear, la canela y la sal en un tazón pequeño; reservar.

Instalar el disco rallador y rallar las zanahorias; reservar. Instalar la cuchilla picadora/

Precalentar el horno a 350 ° F (180 ° C). Engrasar un molde de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10

- 1 cucharadita de extracto natural de vainilla
- 2 cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
- ¼ taza (120 ml) de yogur natural sin grasa
- ½ taza (100 g) de azúcar granulada
- 1 clara de huevo grande
- 1 huevo grande
- 1 banana maduro, en trozos
- ¼ cucharadita de sal
- ½ cucharadita de bicarbonato de sodio
- ½ cucharadita de polvo de hornear
- 3 cucharadas de nueces
- 1 taza (125 g) de harina común

Spray vegetal

Rinde 12 porciones (una barra)

Envuelva y congele rebandas de este delicioso y jugoso bizcocho para comer algo liviano y saludable cuando quiera.

"Pan" de banana con nueces bajo en grasa

Calorías 169 (42% de grasa) • Carbohidratos 23 g • Proteínas 2 g • Grasa 8 g • Fibra 1 g • Colesterol 24 mg • Sodio 81 mg • Calcio 13 mg • Fibra 1 g
Información nutricional por porción:

Poner la cáscara de naranja y el azúcar en el bol y procesar durante 45 segundos. Agregar la manzana, el huevo y la vainilla y procesar durante 15–20 segundos. Sin apagar la máquina, agregar la mantequilla y el suero de leche por la boca de llenado pequeña. Procesar durante 10–15 segundos. Agregar los arándanos, las pacanas y los ingredientes secos. Pulsar 5–6 veces para mezclar. No procesar demasiado. Echar la mezcla en el molde preparado. Meter al horno por 55–60 minutos, hasta que esté dorado y que un probador introducido en el centro saiga limpio. Dejar enfriar sobre una rejilla, adentro del molde, durante 20 minutos. Retirar del molde y terminar de enfriar sobre la rejilla. Idealmente, envolver en plástico y esperar 24 horas antes de cortar.

Precalentar el horno a 350 ° F (180 ° C). Engrasar un molde de barra de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm) con spray vegetal. Mezclar la harina, la sal y el polvo de hornear en un tazón pequeño. Reservar. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar las pacanas en el bol; pulsar 6 veces para picar. Reservar.

- 1 huevo grande
- ½ cucharadita de extracto natural de vainilla
- ¼ taza (15 g) de mantequilla sin sal, derretida
- 3 cucharadas (45 g) de suero de leche ("buttermilk")
- ¾ taza + 1 cucharada (60 g) de arándanos agrios secos

Masa de pizza

Nunca más comprará pizza después de ver lo fácil que es hacerla en casa.

Rinde ¾ libra/340 g, suficiente como para preparar dos pizzas de 9 pulgadas (22 cm) o una pizza de 14 pulgadas (35 cm)

- 1 paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
- 1 cucharadita de azúcar granulada
- ¾ taza (160 ml) de agua tibia
- 1½ taza (210 g) de harina común
- ¾ cucharadita de sal kosher
- ¾ cucharadita de aceite de oliva virgen extra

Disolver la levadura y el azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante 3–5 minutos. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina y la sal en el bol. Revolver el agua fría con la mezcla de levadura.

Encender la máquina y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Cuando la masa llegue a formar una bola, procesar durante 30 segundos adicionales. Puede que la masa esté ligeramente pegajosa. Cepillar la masa con aceite de oliva y ponerla en una bolsa de plástico hermética; cerrar la bolsa. Dejar leudar, en un lugar templado, durante 45 minutos.

Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desflar. Extender la masa hasta formar un disco del tamaño deseado y poner éste sobre una placa para horno ligeramente engrasada con spray vegetal.

Preparar la pizza según la receta.

Información nutricional por porción (basada en 12 porciones):

Calorías 69 (6% de grasa) • Carbohidratos 14 g • Proteínas 2 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 202 mg • Calcio 44 mg • Fibra 1 g

"Pan" de arándanos agrios y naranja

Jugoso bizcocho, perfecto para el desayuno. ¡Simplemente tústelo!

Rinde 14 porciones (una barra)

- 1 taza (155 g) de harina común
- 1½ cucharadita de polvo de hornear
- ¼ cucharadita de sal
- ¾ taza (75 g) de pacanas
- 3 tiras de cáscara de naranja
- ¾ taza (135 g) de azúcar granulada
- 1 manzana pequeña, en pedazos

spray vegetal. Dejar leudar durante 45–60 minutos adicionales. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 400 ° F (200 ° C).

Hornear durante 30–35 minutos, hasta dorarse. Retirar del molde y dejar enfriar sobre una rejilla.

Calorías 136 (16% de grasa) • Carbohidratos 25 g • Proteínas 3 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 6 mg • Sodio 219 mg • Calcio 80 mg • fibra 1 g

Pan de trigo clásico

Pan de trigo integral con rico sabor.

Rinde 16 porciones (dos barras de 1 libra/455 g)

1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
1	cucharada de azúcar granulada
⅓	taza (120 ml) de agua tibia
2	tazas (250 g) de harina común
2	tazas (240 g) de harina de trigo integral
3	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1½	cucharadita de sal kosher
1	taza (235 ml) de agua fría
Spray vegetal	

Disolver la levadura y el azúcar en el agua tibia.

Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la mantequilla y la sal en el bol y procesar durante 10–15 segundos. Revolver el agua fría con la mezcla de levadura. Encender la máquina y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Después de que la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada. Expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1½ hora, en un lugar templado.

Engrasar un molde de barra de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm) con spray vegetal. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Dividir la masa en dos porciones y extender cada porción hasta formar un rectángulo de 8 x 4 pulgadas (22 x 12 cm). Enrollar la masa en lo ancho. Estrujar la masa todo alrededor para sellar. Poner la masa en el molde y cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal. Dejar leudar durante 45–60 minutos adicionales. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 400 ° F (200 ° C).

Hornear durante 30–35 minutos, hasta dorarse. Retirar del molde y dejar enfriar sobre una rejilla.

Información nutricional por porción:

Calorías 134 (17% de grasa) • Carbohidratos 25 g • Proteínas 4 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 6 mg • Sodio 220 mg • Calcio 45 mg • Fibra 2 g

estará pegajosa y no formará una bola. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen, durante aproximadamente 1 hora. Mientras tanto, instalar la cuchilla picadora/ mezcladora y colocar las almendras restantes, el azúcar y la canela en el bol; pulsar 5 veces. Reservar.

Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Formar un rectángulo de aproximadamente 10 x 13 pulgadas (22 cm x 12 cm). Cepillar la masa con la mitad de mantequilla derretida y esparcir la mezcla de almendras/azúcar encima. Doblar los dos lados largos de la masa hacia adentro, superponiéndolos ligeramente. Colocar la masa en el centro de una placa para horno engrasada con spray vegetal y cepillarla con la mantequilla restante. Cubrir y dejar leudar durante 45 minutos. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 375 °F (190 °C).

Meter al horno por 20–25 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar, sobre una rejilla. Mientras tanto, instalar la cuchilla picadora/mezcladora y colocar el azúcar gisá y el agua en el bol. Procesar durante 15–20 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Esparcir la mezcla sobre el pan y servir caliente.

Información nutricional por porción:

Calorías 142 (31% de grasa) • Carbohidratos 29 g • Proteínas 4 g • Grasa 7 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 29 mg • Sodio 109 mg • Calcio 26 mg • Fibra 1 g

Pan blanco clásico

Consienta a su familia con pan fresco hecho en casa.

Rinde 16 porciones (dos barras de 1 libra/455 g)

1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
2	cucharaditas de azúcar granulada
⅓	taza (120 ml) de agua tibia
4	tazas (375 g) de harina común
3	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1½	cucharadita de sal kosher
1	taza (235 ml) de agua fría
Spray vegetal	

Disolver la levadura y el azúcar en el agua tibia.

Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la mantequilla y la sal en el bol y procesar durante 10–15 segundos. Revolver el agua fría con la mezcla de levadura. Encender la máquina y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Después de que la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada. Expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1½ hora, en un lugar templado.

Engrasar un molde de barra de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm) con spray vegetal. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Dividir la masa en dos porciones y extender cada porción hasta formar un rectángulo de 8 x 4 pulgadas (22 x 12 cm). Enrollar la masa en lo ancho. Estrujar la masa todo alrededor para sellar. Poner la masa en el molde y cubrir con una película de plástico engrasada con

Información nutricional por porción:
Calorías 155 (26% de grasa) • Carbohidratos 23 g • Proteínas 5 g • Grasa 4 g • Fibra 1 g • Colesterol 13 mg • Sodio 248 mg • Calcio 69 mg

"Stollen"

Nuestra versión de este pan dulce alemán está llena de pasas y almendras, pero baja en grasa.

Rinde 12 porciones (un pan de 1¼ libra/570 g)

Masa:

1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
3	cucharadas de azúcar granulada
3	cucharadas (45 ml) de agua tibia
1	tira de cáscara de limón
2	tazas (250 g) de harina común
3	cucharadas (45 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
½	cucharadita de nuez moscada rallada
½	cucharadita de sal
⅓	taza (80 g) de pasas
⅓	taza (50 g) de palitos de almendra
⅓	taza + 1 cucharada de leche sin grasa/descremada
1	huevo grande

Relleno:

1⅓	cucharada de azúcar granulada
¼	cucharadita de canela en polvo
1⅓	de mantequilla sin sal, derretida
	spray vegetal

Glasado:

⅔	taza (135 g) de azúcar glase
1	cucharada de agua

Disolver la levadura y 1 cucharadita del azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la cáscara de limón y el azúcar restante en el bol y procesar durante 45 segundos. Raspar el bol e instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, la nuez moscada y la sal en el bol. Procesar durante 20 segundos. Agregar las pasas y 3 cucharadas de las almendras; pulsar 3–4 veces.

Revolver la leche y el huevo con la mezcla de levadura. Encender la máquina y agregar lentamente la mezcla de leche por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Procesar durante 40 segundos. La masa

sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Dividir la masa en 16 porciones iguales y formar una bola con cada porción. Disponer las bolas en el molde, de manera que se toquen ligeramente. Cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal y dejar leudar durante aproximadamente 1 hora. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 350 ° F (180 ° C).

Revolver el huevo con el agua. Cepillar las pancitos con el huevo batido y esparcir semillas de sésamo encima. Meter al horno por 35–40 minutos, hasta dorarse. Dejar enfriar, sobre una rejilla.

Información nutricional por pancito:

Calorías 130 (33% de grasa) • Carbohidratos 18 g • Proteínas 4 g • Grasa 5 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 38 mg • Sodio 166 mg • Calcio 33 mg • Fibra 0 g

Pan de queso

Ideal para servir con sopa o preparar sándwiches.

Rinde 12 porciones (un pan de 1½ libra/680 g)

1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
1	cucharadita de azúcar granulada
¼	taza (60 ml) de agua tibia
3	onzas (85 g) de queso Cheddar extra fuerte
3	tazas (375 g) de harina común
2	cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1	cucharadita de sal
¾	taza (175 ml) de leche sin grasa/descremada
Spray vegetal	

Disolver la levadura y el azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos.

Instalar el disco rallador y rallar el queso, usando presión ligera. Dejarlo en el bol. Retirar el disco triturador e instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Agregar la harina, la mantequilla y la sal y procesar durante 20 segundos. Revolver la leche con la mezcla de levadura. Encender la máquina y agregar lentamente la mezcla de leche por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Cuando la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1½ hora, en un lugar templado.

Engrasar un molde de barra de 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm) con spray vegetal. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Formar un rectángulo de aproximadamente 8 x 4 pulgadas (20 cm x 10 cm). Enrollar la masa en lo ancho. Estrujar la masa todo alrededor para sellar. Poner la masa en el molde y cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal. Dejar leudar durante 45 minutos. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 375 ° F (190 ° C).

Meter al horno por 35–40 minutos, hasta dorarse. Desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla.

Y estrujar las extremidades. Cortar el rollo en 9 rodajas de 1 pulgada. Rocíar la mantequilla derretida en un molde de 9 x 9 pulgadas (22 cm x 22 cm). Esparcir el azúcar rubia y las pacanas picadas en el fondo del molde. Disponer los panchos en el molde, acostados. Cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal y dejar leudar durante aproximadamente 40 minutos, en un lugar templado. Quince minutos antes de hornear, precalentar el horno a 375 ° F (190 ° C). Meter al horno por 30 minutos, hasta dorarse. Retirar del horno y voltear el molde inmediatamente sobre un plato. Cubrir los panchos con la mezcla de azúcar/nueces y servir caliente.

Información nutricional por pancho:
 Calorías 553 (39% de grasa) • Carbohidratos 49 g • Proteínas 5 g • Grasa 16 g • Grasa saturada 8 g • Colesterol 54 mg • Sodio 143 mg • Calcio 23 mg • Fibra 2 g

Pancitos de sésamo

Perfectos para hacer de la cena algo especial, recién salidos del horno.

Rinde 16 panchos

1/2	taza + 2 cucharadas de leche sin grasa/descremada evaporada
1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
1½	cucharada de azúcar granulada
1	nuevo grande, batido
2¾	tazas (345 g) de harina común
6	cucharadas (85 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
1	cucharadita de sal
	Spray vegetal
1	nuevo grande
1	cucharadita de agua
1	cucharadita de semillas de sésamo

Calentar la leche a fuego medio hasta que alcance 105–115 ° F (40–45 ° C). Retirar del fuego. Agregar la levadura y el azúcar y dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos. Agregar el huevo batido y revolver suavemente para mezclar. Verter la mezcla en un vaso medidor grande. Reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la harina, la mantequilla y la sal en el bol; procesar durante 15–20 segundos. Sin apagar la máquina, agregar lentamente la mezcla de levadura por la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Después de que la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45–50 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen, durante 1–1½ hora.

Engrasar un molde redondo de 8 pulgadas de diámetro con spray vegetal. Poner la masa

Pancitos de pacanas acaramelados

Nuestros pancitos de pacanas son tan sabrosos que es imposible parar de comer después de haber probado uno.

Rinde 9 porciones

Masa:

1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
¼	taza (50 g) de azúcar granulada
¼	taza (120 ml) de agua tibia
2½	tazas (310 g) de harina común
¼	taza (55 g) de mantequilla sin sal, en pedazos
½	cucharadita de sal
⅓	taza (120 ml) de leche sin grasa/descremada
1	huevo grande

Cobertura:

½	taza (50 g) de pacanas
¼	taza (50 g) de azúcar granulada
½	cucharadita de canela en polvo
1	cucharada (15 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
⅓	taza (80 g) de pasas
¼	taza (55 g) de mantequilla sin sal, derretida
⅓	taza (100 g) de azúcar rubia
	Spray vegetal

Preparación de la masa:

Disolver la levadura y 1 cucharadita del azúcar en el agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, la mantequilla, el azúcar restante y la sal en el bol. Procesar durante aproximadamente 20 segundos para mezclar. Revolver la leche y el huevo con la mezcla de levadura. Encender la máquina y agregar lentamente el líquido en la boca de llenado pequeña, asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Después de que la masa llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa. Dejar leudar al doble de su volumen, en un lugar templado, durante aproximadamente 1½ hora.

Preparación de la cobertura y ensamble de los pancitos:

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar las pacanas en el bol y pulsar 5–6 veces para picar. Reservar. Mezclar el azúcar y la canela; reservar. Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar. Formar un cuadro de aproximadamente 9 x 9 pulgadas (22 cm x 22 cm). Untar la masa con mantequilla y esparcir la mezcla de azúcar con canela y las pasas encima. Enrollar la masa firmemente

Panes y bizcochos

Trenza de pan Jalá ("Challah")

Las sobras de pan Jalá ("Challah") son perfectas para preparar tostadas francesas.

Rinde 18 porciones (un pan de 1½ libra/680 g)

3	cucharadas de azúcar granulada
1	paquete (2¼ cucharaditas) de levadura seca activa
¼	taza (120 ml) de agua tibia
¾	taza (405 g) de harina común
1½	cucharadita de sal kosher
½	taza (120 ml) de agua fría
⅓	taza (75 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
1	huevo grande
Huevo para barnizar (1 huevo grande + 1 cucharada de agua, batidos)	
Spray vegetal	

Disolver la levadura y 2 cucharaditas del azúcar en agua tibia. Dejar fermentar durante aproximadamente 5 minutos.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la harina, el azúcar restante y la sal en el bol.

Pulsar 2–3 veces para mezclar.

Revolver el agua fría, la mantequilla derretida y el huevo con la mezcla de levadura.

Encender la máquina y agregar lentamente el líquido por la boca de llenado pequeña,

asegurándose de que la harina absorba el líquido antes de echar más. Cuando la masa

llegue a formar una bola, procesar durante 45 segundos adicionales. Poner la masa en

una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada; expulsar el aire y cerrar la bolsa.

Dejar leudar al doble de su volumen durante 1–1½ hora, en un lugar templado.

Poner la masa sobre una superficie ligeramente enharinada y aplastar para desinflar.

Dividir la masa en 3 porciones iguales. Formar un cilindro de 1½ x 14 pulgadas (4 cm x

35 cm) con cada porción.

Disponer los cilindros lado a lado sobre una placa para horno engrasada con spray

vegetal. Formar una trenza suelta. Pegar las extremidades y meterlas debajo de la trenza.

Cubrir con una película de plástico engrasada con spray vegetal y dejar leudar al doble

de su volumen, durante aproximadamente 45 minutos. Quince minutos antes de hornear,

precalentar el horno a 375 °F (190 °C).

Cepillar la trenza con el huevo para barnizar. Meter al horno, sobre la rejilla inferior,

durante 20 minutos. Después de este tiempo, ajustar la temperatura a 350 °F (180 °C) y

dejar el pan en el horno durante 10 minutos adicionales, hasta dorarse bien. Dejar enfriar,

sobre una rejilla.

Información nutricional por porción:

Calorías 119 (29% de grasa) • Carbohidratos 18 g • Proteínas 3 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 32 mg • Sodio 202 mg • Calcio 4 mg • Fibra 0 g

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar los chalotes en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Agregar la pimienta y procesar durante 10 segundos. Retirar del horno y reservar. Colocar el queso de cabra, la crema agria, el jugo de limón y el vinagre de vino blanco en el bol y procesar durante 30 segundos, hasta obtener una mezcla homogénea. Raspar el bol. Agregar el aceite de oliva, echándolo en la boca sal. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva, echándolo en la boca de llenado pequeña. Procesar hasta que la mezcla esté emulsionada. Dejar reposar durante 30 minutos antes de usar para combinar los sabores.

Refrigerar hasta el momento de usar, durante una semana máximo.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 48 (76% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 1 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 4 mg • Sodio 37 mg • Calcio 15 mg • Fibra 0 g

Vinagreta balsámica con hierbas

Ligero aliño, perfecto para aderezar ensalada de tomates.

Rinde aproximadamente 1 taza (235 ml)

1	diente de ajo grande
¼	taza (15 g) de perejil fresco
1	cucharadita de albahaca seca
1	cucharadita de orégano seco
½	cucharadita de sal marina o sal kosher
½	cucharadita de pimienta negra recién molida
2	cucharaditas de mostaza de Dijon
6	cucharadas de vinagre balsámico
¾	taza (120 ml) de aceite de oliva virgen extra

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Agregar el perejil, la albahaca, el orégano, la sal, la pimienta, la mostaza y el vinagre y procesar durante 10 segundos. Sin apagar la máquina, agregar el aceite de oliva, un tercio de taza a la vez, echándolo en la boca de llenado pequeña. Procesar durante 1 minuto adicional.

Ajustar la sazón al gusto. Dejar reposar durante 30 minutos antes de usar para combinar los sabores. Conservar en el refrigerador. Sacar de la nevera 30 minutos antes de usar y volver a procesar si es necesario.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 86 (94% de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 0 g • Grasa 9 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 89 mg • Calcio 8 mg • Fibra 0 g

Vinagreta de limón, miel y mostaza de Dijon

Pruebe esta sabrosa vinagreta con una simple ensalada, acompañada con pollo asado.

Rinde 1½ taza (355 ml)

2	tiras de cáscara de limón de 2 x ½ pulgadas (5 cm x 1.5 cm)
¾	cucharadita de sal marina o sal kosher
2	chalotes de ½ onza
3	cucharadas de jugo de limón fresco
2	cucharadas de vinagre de vino blanco
2	cucharadas de miel
2	cucharaditas de mostaza de Dijon
½	cucharadita de pimienta negra recién molida
3	cucharadas de aceite vegetal
½	taza + 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la cáscara de limón y la sal en el bol y pulsar 20–30 veces para picar. Encender la máquina y echar los chalotes en la boca de llenado; procesar durante 5 segundos. Agregar el jugo de limón, el vinagre de vino, la miel, la mostaza y la pimienta negra. Procesar durante 5 segundos. Revolver el aceite de oliva y el aceite vegetal. Encender la máquina y echar el aceite lentamente en la boca de llenado pequeña. Poner la mezcla en una jarra y dejar reposar durante 30 minutos para combinar los sabores. Refrigerar hasta el momento de usar, hasta un máximo de 2 semanas. Dejar enfriar a temperatura ambiente 30 minutos antes de usar y volver a procesar si es necesario.

*Pelar la cáscara con un pelador de vegetales y raspar la piel blanca con un cuchillo.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 72 (89% de grasas) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 7 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 83 mg • Calcio 1 mg • Fibra 0 g

Aderezo cremoso de queso de cabra y pimienta

Aliño fuerte y agrio, perfecto para servir con lechuga.

Rinde 28 cucharadas

1½	onza (45 g) de chalone
1	cucharada + 1 cucharadita de granos de pimienta verde en vinagre, lavados y escurridos
6	onzas (15 g) de Chèvre (queso de cabra)
⅓	taza (120 ml) de crema agria baja en grasa
1½	cucharada de jugo de limón fresco
1½	cucharada de vinagre de vino blanco
1½	cucharada (20 ml) de agua
⅓	taza (120 ml) de aceite de oliva virgen extra

Precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Poner las nueces en una bandeja y tostar durante 8-10 minutos, hasta que estén doradas y fragantes. Dejar enfriar ligeramente. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar las nueces en el bol y pulsar 5-6 veces para picar. Reservar.

Instalar el disco rallador. Disponer las zanahorias horizontalmente en la boca de llenado y rallarlas. Reservar, en un tazón grande. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el jengibre durante 5-10 segundos, hasta que esté finamente picado. Raspar el bol.

Agregar el yogur, la menta y la miel. Procesar durante aproximadamente 10 segundos para mezclar. Raspar el bol y procesar durante 5 segundos adicionales. Mezclar el yogur con las zanahorias. Agregar las pasas y revolver. Servir frío, sobre hojas de lechuga.

*Para escurrir el yogur: ponerlo en un colador de tela o un colador regular forrado con filtro de café. Poner el colador encima de un recipiente. Cubrir y refrigerar durante 8 horas o más. Puede que sea necesario botar el suero ocasionalmente. El yogur escurrido podrá conservarse en el refrigerador durante hasta una semana, en un recipiente hermético.

Calorías 76 (13% de grasa) • Carbohidratos 16 g • Proteínas 2 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 51 mg • Calcio 56 mg • Fibra 2 g

Información nutricional por porción:

Crema para untar de atún y alcaparras

Perfecta para preparar sándwiches o servir con pan crujiente, junto con aceitunas y tomates secados al sol.

Rinde 2-4 porciones (1 taza)

2	cucharadas de perejil fresco
1	rama de apio de 4 pulgadas, en rodajas
1	onza (30 g) de chalote
½	cucharada de alcaparras, lavadas y escurridas
2	cucharaditas de mostaza de Dijon
1	lata de 6 onzas (170 g) de atún blanco (albacora), escurrido
3	cucharadas de mayonesa
¼	cucharadita de pimienta negra recién molida

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el perejil en el bol y pulsar 5 veces para picar. Agregar el apio y pulsar 5 veces para picar grueso. Encender la máquina, echar los chalotes en la boca de llenado y procesar durante 5 segundos. Agregar las alcaparras y la mostaza; pulsar 10 veces. Agregar el atún y pulsar 10 veces. Agregar la mayonesa y la pimienta negra. Pulsar 5 veces, justo hasta incorporar. Poner en un cuenco, cubrir y refrigerar durante 30 minutos antes de servir para combinar los sabores. Probar y ajustar la sazón al gusto. Nota: las alcaparras suelen ser muy saladas. Por lo tanto, esta receta no incluye sal.

Sin embargo, si desea más sal, agregue sal marina o sal kosher, al gusto.

Información nutricional por porción (basada en 4 porciones):

Calorías 130 (62% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 10 g • Grasa 9 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 26 mg • Sodio 349 mg • Calcio 11 mg • Fibra 0 g

- 1 pimiento amarillo, en tiras de 1½ x 3 pulgadas (4 cm x 7.5 cm)
- 8 onzas (225 g) de col china "wom bok" ("Napa cabbage"), en pedazos
- 6 onzas (170 g) de col china "bok choy", en pedazos (incluir las hojas si están tiernas)
- 4 onzas (115 g) de tirabeques/arvejas chinas ("snow peas")

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar el maní en el bol y picar 10 veces. Retirar del horno y reservar. Encender la máquina, echar el ajo y el jengibre en la boca de llenado y procesar hasta que estén finamente picados. Raspar el bol; procesar durante 5 segundos adicionales. Agregar la mantequilla de maní, el vinagre de arroz, el azúcar, la salsa Hoisin, el aceite de sésamo y la salsa Tamarí. Procesar durante 10 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite. Procesar durante 10–15 segundos. Retirar del horno y reservar. La salsa puede prepararse por adelantado. Cubrir y refrigerar. Sacar de la nevera 30 minutos antes de usar.

Lavar y secar el bol. Instalar el disco rallador. Colocar los rábanos en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y rallarlos. Disponer las zanahorias horizontalmente en la boca de llenado y rallarlas. Colocar el brécol en la boca de llenado y rallarlo. Reservar los vegetales rallados en un cuenco grande.

Instalar el disco rebanador. Colocar las cebolletas en la boca de llenado y rebanarlas. Colocar los pimientos en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y rebanarlos. Colocar la col "wom bok" en la boca de llenado, el lado cortado apuntando hacia abajo y rebanarla. Colocar la col "bok choy" en la boca de llenado y rebanarla. Reservar, junto con los vegetales rallados. Agregar las arvejas chinas y revolver. Echar la salsa encima de los vegetales y revolver bien. Poner la ensalada en una ensaladera limpia y esparcir el maní picado encima.

Nota: para preparar pasta asiática, preparar el doble de salsa de maní y revolver la ensalada con 8 onzas (225 g) de pasta cocida.

Información nutricional por porción:

Calorías 201 (59% de grasa) • Carbohidratos 16 g • Proteínas 7 g • Grasa 14 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 0 mg • Sodio 172 mg • Calcio 76 mg • Fibra 4 g

Ensalada de zanahorias con miel y jengibre

Saludable, nutritiva y sabrosa.

Rinde 12 porciones

- ¾ taza (80 g) de mitades de nueces
- 1½ libra (680 g) de zanahorias, peladas, en trozos
- ¾ onza (45 g) de jengibre fresco, pelado, en trocitos
- 1 taza (235 ml) de yogur natural sin grasa, escurrido*
- ⅓ taza (30 g) de menta fresca
- 1½ cucharada de miel
- ¾ taza (110 g) de pasas doradas

segundos. Sin apagar la máquina, agregar lentamente la leche caliente y procesar durante 1 minuto, hasta que el chocolate esté derretido. Agregar la vainilla; procesar durante 10 segundos adicionales.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 62 (57% de grasa) • Carbohidratos 7 g • Proteínas 1 g • Grasa 5 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 1 mg • Sodio 6 mg • Calcio 15 mg • Fibra 1 g

Salsa de chocolate con Amaretto y almendras: Antes de picar el chocolate, picar ¼ taza (25 g) de palitos de almendras tostados. Reservar. Preparar la salsa de chocolate según las instrucciones, pero sin incluir la vainilla. Al final, agregar 1 cucharada de Amaretto y las almendras picadas.

Salsa "Mocha Latte": Preparar la salsa de chocolate según las instrucciones, agregando 1 ½ cucharada de café expreso instantáneo y ½ cucharada de azúcar. Agregar 1 cucharada de Kahlúa y 1 cucharada de crema líquida para batir ("heavy cream") junto con la vainilla.

Salsa de chocolate con menta: Preparar la salsa de chocolate según las instrucciones, sustituyendo 1 cucharada de licor de menta o 2 cucharadas de extracto de menta a la vainilla.

Ensalada de col asiática con salsa de mani

Receta muy versátil, que también puede servirse con pasta.

Rinde 8 porciones

Salsa de mani:

½	taza (75 g) de mani tostado sin sal
2	dientes de ajo
6	rodajas finas de jengibre fresco
4	cucharadas (55 g) de mantequilla de mani natural
⅓	taza + 1 cucharada (125 ml) de vinagre de arroz
1	cucharada de azúcar granulada
2	cucharadas + 1 cucharadita de salsa Hoisin
2	cucharaditas de aceite de sésamo
2	cucharaditas de salsa Tamarí o salsa de soya baja en sodio
2½	cucharadas de aceite vegetal

Ensalada:

4	onzas (115 g) de rábanos rojos
4	onzas (115 g) de zanahorias, peladas y cortadas para caber horizontalmente en la boca de llenado
1	rama de brécol, los cogolillos cortados y el tallo pelado
3	cebollitas ("green onions"), en trozos
1	pipimiento dulce rojo, en tiras de 1½ x 3 pulgadas (4 cm x 7.5 cm)

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar el chocolate en el bol. Pulsar 15–20 veces, usando pulsaciones largas. Agregar el azúcar (opcional) y procesar durante 10

1	cucharadita de extracto natural de vainilla
1/2	taza (120 ml) de leche sin grasa/descremada, calentada justo hasta que hierva
2	cucharadas de azúcar superfino (opcional)
4	onzas (15 g) de chocolate con leche fino, en pedazos
6	onzas (170 g) de chocolate semi-amargo o semi-dulce fino, en pedazos
Rinde 1 1/2 taza (355 ml)	

Nuestra salsa de chocolate es casi dos veces menos grasa que la salsa de chocolate tradicional, por lo que usamos leche sin grasa/descremada.

Salsa de chocolate

Información nutricional por cucharada:
Calorías 12 (17% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 35 mg • Calcio 3 mg • Fibra 1 g

Retirar del bol y agregar el jugo de limón. Probar y ajustar la sazón al gusto.
mezcla en el bol de la procesadora. Procesar hasta obtener una salsa homogénea.
sal y la pimienta. Hervir a fuego lento durante aproximadamente 5 minutos. Colocar la
los pimientos y calentar. Agregar el vino y reducir a la mitad. Agregar el caldo de pollo, la
agregar la cebolla y el ajo. Rehogar durante 5 minutos, hasta que estén suaves. Agregar
Calentar el aceite a fuego medio, en una sartén. Cuando el aceite esté caliente,
veces.

de llenado; procesar hasta que esté finamente picado. Agregar la cebolla y pulsar 10
Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el ajo en la boca
Una vez fríos, quitar la piel y las semillas. Picar grueso.

Colocar los pimientos en un tazón y cubrir con una película de plástico. Dejar enfriar
durante una hora o más.
pimientos debería estar ligeramente quemada.

Meter al horno por 1 hora, volteando los pimientos después de media hora. La piel de los
pimientos debería estar ligeramente quemada.
rojos sobre ella.
Engrasar ligeramente una placa para horno con spray vegetal y disponer los pimientos
Precalentar el horno a 400 °F (200 °C).

1/4	cucharadita de jugo de limón fresco
1/4	cucharadita de pimienta negra recién molida
1/4	cucharadita de sal kosher
1/2	taza (120 ml) de caldo de pollo bajo en sodio
1/4	taza (60 ml) de vino blanco seco

Salsa marinara clásica

Esta salsa es perfecta para acompañar pasta o pizza.

Rinde 3 tazas (710 ml) de salsa marinara o 1 ¼ taza (415 ml) de salsa para pizza

1	cebolla pequeña, en pedazos
4	dientes de ajo
¾	cucharadita de orégano seco
1	cucharadita de aceite de oliva virgen extra
1	lata de 28 onzas (810 g) de tomates cocidos, con jugo
2	ramitas de 10–hojas de albahaca fresca
3	cucharadas de vino blanco seco o vermu
½	cucharadita de sal kosher
¼	cucharadita de pimienta negra recién molida
¼–¾	cucharadita de hojuelas de pimienta roja (opcional)

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la cebolla y el ajo en el bol; pulsar 10 veces. Calentar el aceite en una cacerola mediana. Una vez caliente, agregar la cebolla, el ajo y el orégano. Rehogar durante 2–3 minutos, revolviendo, hasta que la cebolla esté transparente y el orégano fragante. Agregar los tomates (con jugo), las ramitas de albahaca, el vino y la sal. Poner a hervir, y luego reducir el fuego, tapar parcialmente y seguir cociendo a fuego lento durante 50–60 minutos. Apagar el fuego y dejar enfriar en la olla durante 10 minutos. Agregar la pimienta negra y las hojuelas de pimienta roja (opcional).

Pulsar 15 veces para obtener una salsa rústica con pedazos o procesar durante 2 minutos para obtener una salsa homogénea. La salsa marinara está lista para servir con pasta. Para preparar salsa para pizza, regresar la salsa en la cacerola. Cocer a fuego lento durante 40–50 minutos para reducir, revolviendo de vez en cuando. Dejar enfriar antes de usar. La salsa se podrá congelar.

Información nutricional por ½ taza (120 ml) de salsa marinara:
Calorías 50 (15% de grasas) • Carbohidratos 8 g • Proteínas 1 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 482 mg • Calcio 31 mg • Fibra 1 g

Información nutricional por ¼ taza (60 ml) de salsa para pizza:
Calorías 25 (15% de grasas) • Carbohidratos 4 g • Proteínas 1 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 241 mg • Calcio 16 mg • Fibra 1 g

Salsa de pimiento rojo asado

Esta salsa sencilla y sabrosa es ideal para servir con pollo, mariscos o vegetales.

Rinde 1 ¾ taza (415 ml)

4	pimientos rojos grandes
3	dientes de ajo
1	cebolla mediana, en 8 pedazos
1	cucharadita de aceite de oliva virgen extra

Calorías 78 (87% de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 2 g • Grasa 8 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 2 mg • Sodio 98 mg • Calcio 49 mg • Fibra 1 g

Información nutricional por cucharada:

Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva. Dejar reposar durante 30 minutos antes de servir para combinar los sabores. Verter una capa de aceite de oliva encima del pesto para evitar la decoloración y refrigerar. Conservar en el refrigerador durante hasta 5 días, o congelar.

"Tapenade" de tomates secados al sol

Para preparar un rápido entremés de queso Brie con "tapenade" de tomates secados al sol, parta un Brie transversalmente a la mitad y esparza una capa de "tapenade" de ¼ pulgada (5 mm) encima de la parte inferior. Coloque la parte superior del queso encima y deje éste a temperatura ambiente durante 45 minutos. Sirvalo con galletas saladas o pan francés.

Rinde 1 taza (235 ml)

2	onzas (60 g de tomates secados al sal, partidos a la mitad
½	taza (120 ml) de agua
¾	onza (20 g de queso Reggiano Parmigiano, en cubitos
1	diente de ajo
½	onza (15 g) de chalote
1½	cucharada de perejil fresco
3	cucharadas de nueces tostadas
2	cucharaditas de vinagre blanco
½	cucharadita de albahaca seca
½	cucharadita de romero seco
¼	cucharadita de pimienta negra recién molida
2	cucharadas de aceite de oliva virgen extra

Colocar los tomates secados al sol y el agua en una cacerola pequeña. Poner a hervir, y luego apagar. Dejar enfriar. Cuando el agua esté fría, escurrir los tomates, exprimiéndolos ligeramente para eliminar el exceso de agua. Reservar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el queso en la boca de llenado. Procesar durante 10 segundos para picar. Retirar del horno y reservar. Encender la máquina y echar el ajo y el chalote en la boca de llenado; procesar durante 5 segundos. Agregar los tomates, el perejil y las nueces y pulsar 10 veces. Agregar el vinagre, la albahaca, el romero y la pimienta; pulsar 5 veces para mezclar. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva (esto debería tomar aproximadamente 30 segundos). Agregar el queso y pulsar 5 veces para mezclar. Dejar reposar durante 30 minutos antes de servir para combinar los sabores.

Refrigerar hasta el momento de usar, en un recipiente de plástico hermético. Conservar en el refrigerador hasta un máximo de 2 semanas.

Calorías 33 (60% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 1 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 1 mg • Sodio 95 mg • Calcio 23 mg • Fibra 1 g

Información nutricional por cucharada:

Salsa tártara

Esta deliciosa salsa es perfecta para acompañar pescado, mariscos y vegetales al vapor.

Rinde 24 cucharadas

- | | |
|----|---|
| 1½ | onza (45 g) de chalotes o cebolletas ("green onions", en trocitos |
| 2 | onzas (55 g) de pepinillos, escurridos |
| 3 | cucharadas de perejil fresco |
| 1½ | cucharada de eneldo fresco |
| 2¼ | cucharaditas de mostaza de Dijon |
| ¾ | cucharadita de tomillo fresco |
| 2½ | cucharadas de alcaparrras, escurridas |
| ¾ | taza (175 ml) de mayonesa básica (receta en la página anterior) |
| 1 | taza (235 ml) de yogur natural sin grasa, escurrido durante una noche |
| ¼ | cucharadita de pimienta negra recién molida |

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar los chalotes, los pepinillos y el perejil en el bol y pulsar 15 veces para picar. Agregar el eneldo, la mostaza, el tomillo y las alcaparrras y pulsar 5 veces. Agregar la mayonesa, el yogur escurrido y la pimienta negra. Pulsar 5 veces, justo hasta incorporar los ingredientes.

Refrigerar hasta el momento de usar.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 68 (83% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 1 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 13 mg • Sodio 101 mg • Calcio 16 mg • Fibra 0 g

Pesto

Nuestro pesto es más ligero que el pesto tradicional, sin embargo es tan sabroso.

Rinde ¾ taza (175 ml)

- | | |
|---|--|
| 1 | diente de ajo pequeño |
| 1 | onza (30 g) de queso Reggiano Parmigiano, en cubitos |
| 4 | tazas (240 g) de hojas de albahaca fresca, lavadas y secadas |
| 3 | cucharadas de piñones o nueces ligeramente tostadas |
| ¼ | cucharadita + una pizca de sal |
| 5 | cucharadas de aceite de oliva virgen extra |

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el queso en la boca de llenado; procesar hasta que esté finamente picado. Hacer lo mismo con el ajo. Raspar el bol. Agregar la albahaca, los piñones y la sal. Pulsar 20–30 veces. Raspar el bol.

Salsas y aderezos



Mayonesa básica

Los huevos crudos pueden estar contaminados con salmonella. Por lo tanto, se recomienda calentarlos para matar las bacterias. Nuestra receta emplea un método de calentamiento desarrollado por la famosa autora de libros de cocina Shirley Corriher. El esfuerzo vale la pena. Refrigerar la mayonesa hasta el momento de usar.

Rinde 1 taza (235 ml)

1	huevo grande
1	yema de huevo grande
1½	cucharadita de jugo de limón fresco
1½	cucharadita de vinagre de vino
1	cuchara de agua
¼	cucharadita de azúcar granulada
¼	taza (30 g) de harina común
2	cucharaditas de mostaza seca
½	cucharadita de sal kosher
1	pizca de pimienta de Cayena
2	cucharadas de aceite de oliva virgen extra
¾	taza (175 ml) de aceite vegetal (colza, soya, etc.)

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el huevo, la yema, el jugo de limón, el vinagre, el agua, el azúcar y la harina en el bol y procesar durante 20 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Echar la mezcla en un sartén antiadherente pequeño y calentar a fuego muy lento, revolviendo suavemente y raspando el fondo del sartén con una espátula. Cuando la mezcla empieza a espesarse, retirar del fuego, sin dejar de revolver, y colocar el sartén encima de un baño de hielo para evitar que el huevo siga cociéndose. Seguir revolviendo hasta que la mezcla esté fría, y luego dejar reposar durante 5 minutos. Mientras tanto, lavar y secar el bol, la tapa y la cuchilla.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Colocar la mezcla de huevo, la mostaza seca, la sal y la pimienta de Cayena en el bol y procesar durante aproximadamente 1 minuto. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar muy lentamente el aceite de oliva (esto debería tomar aproximadamente 1 minuto). Raspar el bol. Encender la máquina y agregar el aceite vegetal, un cuarto de taza a la vez, echándolo en la boca de llenado pequeña. La mayonesa se volverá más espesa a medida que se agrega el aceite. Probar y ajustar la sazón al gusto. Poner en un recipiente, cubrir y refrigerar.

Conservar en el refrigerador hasta el momento de usar, durante 3–4 días máximo.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 115 (97% de grasas) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 1 g • Grasa 13 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 26 mg • Sodio 78 mg • Calcio 3 mg • Fibra 0 g

en el bol y pulsar 10 veces para picar.

Servir la sopa en cuencos calientes, con una tostada, queso rallado y cebolletas picadas encima. Si desea, meter los cuencos al horno para derretir el queso. Nota: cerciorarse de

usar cuencos aptos para horno.

*Los pueros crecen en tierra arenosa, por lo que se deben limpiar cuidadosamente. Primero, cortar las raíces y las hojas, dejando solamente 1 pulgada (2.5 cm) arriba de la parte blanca. Lavar bien y secar. Esta receta requiere un trozo de puero de aproximadamente 4 pulgadas (10 cm). Utilizar más pueros si es necesario para obtener la cantidad necesaria. Las hojas son demasiado duras para comerse pero pueden usarse para dar sabor a otros caldos.

Información nutricional por porción:

Calorías 400 (39% de grasa) • Carbohidratos 46 g • Proteínas 14 g • Grasa 18 g • grasa saturada 8 g • Colesterol 35 mg • Sodio 1297 mg • Calcio 389 mg • Fibra 3 g

Sopa vegetariana de papas y arvejas partidas

Sustancial sopa con solamente 3 gramos de grasa por porción.

Rinde 6 porciones

1	zanahoria, pelada
1	rama de apio, pelada
1	cebolla, partido a la mitad
1½	cucharada (25 g) de mantequilla sin sal
1	diente de ajo
5	tazas (1.2 L) de caldo de vegetales
1	papa mediana
¾	libra (340 g) de arvejas partidas ("split peas"), lavadas
¼	cucharadita de sal kosher
¼	cucharadita de pimienta negra recién molida

Instalar el disco rebanador de 4 mm. Rebanar la zanahoria, el apio y la cebolla, usando presión moderada. Reservar.

Derretir la mantequilla a fuego medio, en una cacerola mediana. Agregar la zanahoria, el apio, la cebolla y el ajo. Cocer durante 10–15 minutos, hasta que estén suaves. Agregar el caldo; tapar y poner a hervir a fuego medio-alto. Pelar la papa y cortarla en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm). Agregar la papa y las arvejas partidas a la sopa. Reducir el fuego, tapar parcialmente la olla y hervir a fuego lento durante 30 minutos, hasta que la papa y las arvejas estén suaves. Retirar del fuego y dejar enfriar durante 10 minutos. Colar la sopa, reservando el caldo en una cacerola.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar la mitad de los vegetales durante 15–20 segundos, hasta obtener una mezcla homogénea. Revolver el puré de vegetales con el caldo, en la olla, y repetir con el resto de los vegetales. Recalentar a fuego bajo. Sazonar con sal y pimienta. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción:

Calorías 116 (23% de grasa) • Carbohidratos 19 g • Proteínas 4 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 8 mg • Sodio 260 mg • Calcio 29 mg • Fibra 4 g

Sopa de cebolla caramelizada

Tradicional sopa francesa, con un toque inesperado.

Rinde 6 porciones

1	diente de ajo
2	chalotes pequeños
3	cebollas amarillas, partidas verticalmente
2	cebollas rojas, partidas verticalmente
2	puerros de 1 pulgada (2.5 cm) de diámetro, limpios* y cortados en trozos
2	cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal
2	cucharadas de aceite de oliva virgen extra
1½	cucharadita de azúcar granulada
1	cucharadita de sal marina o sal kosher
3	cucharadas de harina común
5	tazas (1.2 L) de caldo de vegetales, pollo o res
½	cucharadita de pimienta negra recién molida
2	onzas (55 g) de queso Asiago, en cubitos
2	onzas (55 g) de queso Gruyère (queso suizo) importado
2	onzas (55 g) de queso Jarlsberg regular o bajo en grasa
6	cebolletas ("green onions", en trozos
6	rebanadas de pan francés de ½ pulgada (1.5 cm) cepilladas con aceite de oliva virgen extra y restregadas con ajo, tostadas a 400 °F (200 °C) hasta que estén doradas y crujientes

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el ajo y el chalote en la boca de llenado. Procesar durante 5 segundos para picarlos; reservar. Instalar el disco rebanador. Rebanar la cebolla, usando presión moderada. Retirar del horno y reservar. Colocar el puerro en la boca de llenado, sin apretar. Rebanar, usando presión moderada. Reservar con la cebolla.

Poner la mantequilla y el aceite a calentar a fuego medio-alto, en una olla grande. Agregar el ajo y la cebolla. Revolver. Bajar el fuego, tapar parcialmente y cocer durante 10–12 minutos, hasta que la cebolla esté suave. Agregar el azúcar y la sal, revolver y seguir cociendo a fuego lento durante 25–35 minutos, revolviendo cada 4–5 minutos, hasta que la cebolla esté caramelizada. La cebolla debería adquirir un color café claro. Esparcir la harina encima. Seguir cociendo durante 4 minutos, revolviendo continuamente. Agregar el caldo, revolviendo, y dejar hervir. Reducir el fuego y cocer a fuego lento, parcialmente tapado, durante 30 minutos. Agregar la pimienta. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Mientras tanto, lavar y secar el bol e instalar la cuchilla picadora. Encender la máquina, echar el queso Asiago en la boca de llenado y procesar durante 20 segundos. Dejar el queso picado en el bol. Instalar el disco rallador. Rallar el queso Gruyère y el queso Jarlsberg. Retirar del horno y reservar. Instalar la cuchilla picadora. Poner las cebolletas

Sopa de calabaza moscada y puerro

Rinde 5 porciones

2	dientes de ajo
1	puerro mediano, bien lavado y en trozos
1	cucharadita de aceite de oliva virgen extra
2	libras (910 g) de calabaza moscada ("butternut squash")
½	cucharadita de sal kosher
¼	cucharadita de pimienta recién molida
½	taza (120 ml) de vino blanco seco
3	tazas (710 ml) de caldo de pollo bajo en sodio
¼	cucharadita de nuez moscada rallada
½	cucharadita de jugo de limón fresco
½	taza (120 ml) de crema líquida para batir ("heavy cream") si desea

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el ajo en la boca de llenado; procesar hasta que esté finamente picado. Raspar el bol. Agregar el puerro y pulsar aproximadamente 10 veces para picarlo.

Calentar el aceite a fuego medio, en una cacerola grande. Cuando el aceite esté caliente, agregar el puerro y el ajo. Rehogar los vegetales a fuego medio-lento hasta que estén suaves, revolviendo de vez en cuando para que no se quemen.

Mientras tanto, instalar el disco rebanador. Pelar la calabaza, quitar las semillas y colocar los pedazos en la boca de llenado. Rebanar.

Agregar la calabaza a la olla y revolver bien. Sazonar con sal y pimienta. Cocer durante 5 segundos adicionales.

Agregar el vino. Cuando la sopa empieza a hervir, bajar el fuego y reducir a la mitad. Agregar el caldo de pollo y la nuez moscada. Cuando la sopa empieza a hervir de nuevo, reducir el fuego y seguir hirviendo a fuego lento durante aproximadamente 20 minutos, hasta que la calabaza esté tierna.

Colar la sopa, reservando el caldo. Reservar la mitad del caldo en una olla limpia. Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la mitad de los vegetales en la procesadora y procesar durante 2–3 minutos para licuar. Raspar el bol y seguir licuando hasta obtener una mezcla homogénea. Mezclar el puré con el caldo. Agregar el jugo de limón. Revolver y agregar más caldo hasta obtener la consistencia deseada. Probar y ajustar la sazón al gusto. Si desea, agregar crema y calentar.

Información nutricional por porción:

Calorías 157 (11% de grasas) • Carbohidratos 29 g • Proteínas 5 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 292 mg • Calcio 119 mg • Fibra 4 g

Sopas y cremas



Humus de ajo asado: Precalentar el horno a 400 ° F (200 ° C). Revolver 12–15 dientes de ajo con ½ cucharadita de aceite de oliva virgen extra y envolver en papel de aluminio. Meter al horno por 60 minutos. Dejar enfriar. Preparar el humus según la receta, añadiendo el ajo asado junto con los garbanzos. Rinde aproximadamente 2 tazas (475 ml)

Gazpacho

Sabrosa sopa fría de origen andaluz, perfecta para el verano.

Rinde 4 porciones

1	diente de ajo
1	jalapeño pequeño, sin semillas, en trocitos
3	cebollitas ("scallions") pequeñas, en trozos
1	pimiento verde pequeño, en pedazos
1	pepino pequeño, pelado, sin semillas, cortado longitudinalmente a la mitad
¼	taza (15 g) de perejil fresco
2	tomates medianos, en pedazos
2	cucharaditas de jugo de lima/limón verde fresco
¾	cucharadita de sal kosher
¼	cucharadita de pimienta negra recién molida
¼	cucharadita de salsa picante
1 ¼	taza (295 ml) de jugo de tomate o de vegetales bajo en sodio

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora y encender la máquina. Echar el ajo y el jalapeño en la boca de llenado y procesar hasta que estén finamente picados. Raspar el bol. Agregar las cebollitas y pulsar para picar. Agregar los pimientos, el pepino y el perejil y pulsar 6 veces para picarlos gruesos. Agregar los tomates, el jugo de limón, la sal, la pimienta y la salsa picante y pulsar 8–10 veces para picar los vegetales homogéneamente. Poner la mezcla en un tazón grande y agregar el jugo de tomate. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción:

Calorías 39 (7% de grasa) • Carbohidratos 8 g • Proteínas 2 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 503 mg • Calcio 31 mg • Fibra 2 g

forrada con papel de aluminio y meter al horno por 25–30 minutos, dándole la vuelta después de 15 minutos.

Información nutricional por bocadillo:
Calorías 90 (64% de grasa) • Carbohidratos 5 g • Proteínas 3 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 15 mg • Sodio 114 mg • Calcio 22 mg • Fibra 0 g

Humus

Entremés medio-oriental muy popular, por lo general servido con pan de pita. También es ideal para mojar vegetales. Pruebe una de nuestras sabrosas variaciones para algo diferente.

Rinde 2½ tazas (590 ml)

¼	taza (15 g) de perejil fresco
2	tiras de ½ x 2 pulgadas (1.5 cm x 5 cm) de cáscara de limón (parte amarilla únicamente)
½	cucharadita de sal kosher
2	dientes de ajo
2	latas de 15.5 onzas (465 g) de garbanzos, enjuagados dos veces y escurridos
3	cucharadas de salsa Tahini
2	cucharadas de jugo de limón fresco
5	cucharadas de agua
1½	cucharadita de comino en polvo
1½	cucharada de aceite de oliva virgen extra

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el perejil en el bol y pulsar 10–15 veces. Retirar del horno y reservar. Poner la cáscara de limón y la sal kosher en el bol y pulsar 10 veces. Sin apagar la máquina, echar el ajo en la boca de llenado y procesar durante 10 segundos. Agregar los garbanzos, la salsa Tahini, el jugo de limón, el agua y el comino; procesar durante 60 segundos. Raspar el bol. Encender la máquina y agregar lentamente el aceite de oliva; procesar durante aproximadamente 3 minutos, hasta que el humus esté suave y cremoso. Agregar la mitad del perejil picado y pulsar 5–10 veces para mezclar. Deje reposar durante 30 minutos antes de servir para combinar los sabores. Servir en un bol llano, con el resto del perejil esparcido encima. Salpicar con un poco de aceite de oliva si desea.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 37 (29% de grasa) • Proteínas 1 g • Carbohidratos 5 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 36 mg • Calcio 17 mg • Fibra 1 g

Humus de chalote asado y hierbas: Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Revolver 6 onzas (170 g) de chalote con ½ cucharadita de aceite de oliva virgen extra y envolver en papel de aluminio. Meter al horno por 60 minutos. Dejar enfriar. Preparar el humus según la receta, añadiendo el chalote asado y 2 cucharaditas de hierbas provenzales junto con los garbanzos. Rinde aproximadamente 2¼ tazas (500 ml).

Humus de pimiento rojo asado: Preparar el humus según la receta, añadiendo 3 pimientos asados junto con los garbanzos. Rinde aproximadamente 2½ tazas (590 ml).

Bocaditos de hojaldre de salchicha de pavo

tomates secados al sol

Estos bocaditos, que pueden prepararse por adelantado, son perfectos para todas sus fiestas.

Rinde 28 porciones

1/4	taza (30 g) de nueces tostadas
3/4	onzas (20 g) de queso Asiago, en pedazos
4	tomates secados al sol reconstituidos en 1/2 taza (120 ml) de agua hirviente, escurridos
1	cholate de aproximadamente 1 onza
1/4	libra (225 g) de salchicha de pavo asada, cortada en rodajas gruesas*
8	onzas (225 g) de queso crema regular, bajo en grasa o sin grasa, en cubitos
1	cucharadita de albahaca
1/4	cucharadita de pimienta negra recién molida
1	hoja de masa de hojaldre, puesta a descongelar en el refrigerador durante una hora
Huevo para barnizar: 1 huevo + 2 cucharadas (30 ml) de agua, batidos	

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner las nueces en el bol y pulsar 5 veces. Retirar del horno y reservar. Encender la máquina y echar el queso en la boca de llenado. Procesar durante 30 segundos, hasta que esté finamente picado; reservar. Poner los tomates secados al sol en el bol y pulsar 5 veces; reservar.

Encender la máquina y echar el cholate en la boca de llenado; procesar durante aproximadamente 5 segundos. Raspar el bol. Agregar la salchicha y pulsar 3 veces. Agregar el queso crema, la albahaca y la pimienta. Pulsar para mezclar. Raspar el bol. Agregar las nueces, el queso Asiago y los tomates secados al sol. Pulsar para mezclar. Colocar la mezcla en un recipiente pequeño.

Sobre una superficie ligeramente enharinada, estirar la masa de hojaldre hasta formar un rectángulo de 10 x 14 pulgadas (25 x 35 cm). Disponer el rectángulo en forma horizontal. Cepillar 1 pulgada (2.5 cm) de la orilla superior con el huevo para barnizar. Repartir el relleno sobre el resto de la masa, usando una espátula larga. Enrollar la masa hacia la orilla barnizada. Envolver el rollo en una película de plástico y refrigerar durante 1–24 horas, hasta el momento de usar. (Nota: también puede congelar el rollo; descongelarlo en el refrigerador durante 2–3 horas antes de usarlo.) Cubrir y refrigerar el barniz restante.

Precalentar el horno a 400 °F (200 °C). Cortar el rollo en 28 rodajas de 1/2 pulgada (1.5 cm). (Nota: siempre que el rollo no haya sido previamente congelado, puede congelar las rodajas hasta el momento de usar. Disponer las rebanadas sobre una placa para horno forrada con una película de plástico y congelar. Una vez congeladas, poner las rodajas en bolsas de congelación. Se aconseja usar dos bolsas de congelación. Usar dentro de 3 semanas.) Disponer las rodajas sobre una placa para horno, a una distancia de 1 pulgada (2.5 cm) una de otra. Cepillar ligeramente con el huevo para barnizar. Meter al horno por 23–28 minutos, hasta dorarse. Servir caliente/tibio. Nota: si desea prepararlos por adelantado, dejar enfriar y refrigerar hasta el momento de servir. Recalentar a 300 °F (150 °C) durante 5 minutos.

*Para asar la salchicha: precalentar el horno a 350 °F (180 °C). Pinchar la salchicha con un tenedor, cepillarla con 1/2 cucharadita de aceite de oliva, ponerla en una bandeja

Champiñones rellenos con espinaca, queso Feta y alcachofa

Hongos Portobello transforman estos suculentos bocadillos en un fabuloso plato de acompañamiento.

Rinde 20-24 champiñones rellenos

1	rebanada de pan francés de ¾ pulgada, partida en cuatro
½	onza (15 g) de queso Romano
2	cucharadas de piñones o nueces ligeramente tostadas
1	lata de 15 onzas (425 g) de corazones de alcachofa, escurridos y secados con papel absorbente
1	diente de ajo pequeño
1	chalote pequeño
5	onzas (140 g) de espinaca fresca, sin tallos
½	cucharadita de hierbas provenzales (Herbes de Provence)
2	onzas (55 g) de queso Feta, ligeramente desmenuzado
2	onzas (55 g) de queso crema (regular, no bajo en grasa), en pedazos
20-24 champiñones blancos o Cremini* suficientemente grandes para rellenar	

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el pan en el bol y procesar durante 45 segundos. Sin apagar la máquina, echar el queso Romano en la boca de llenado y procesar durante 30 segundos. Apagar la máquina y agregar los piñones; pulsar 5 veces para picar gruesos. Reservar. agregar la alcachofa; pulsar 10-15 veces para picar. Revolver con la mezcla de pan rallado y reservar.

Encender la máquina y echar el ajo y el chalote en la boca de llenado; procesar por 5 segundos para picar. Raspar el bol. Agregar la espinaca, aproximadamente 2 onzas (55 g) a la vez, y pulsar 12-15 veces después de cada adición. Agregar las hierbas provenzales, el queso Feta y el queso crema; procesar durante 20 segundos. Agregar la mezcla de pan rallado; pulsar 15-20 veces para mezclar. Colocar la mezcla en un recipiente limpio. El relleno se conservará durante 2 días, en el refrigerador.

Lavar y secar los champiñones. Retirar los tallos (tirarlos o reservarlos para otro uso).

Precalentar el horno a 425 ° F (220 ° C). Llenar cada champiñón con una cucharada del relleno de espinaca. Disponer los champiñones en una bandeja para hornear ligeramente engrasada con aceite de oliva, sin pegarlos. Los champiñones pueden rellenarse hasta 8 horas por adelantado. Cubrir y refrigerar hasta el momento de hornear. No congelar. Meter al horno durante 20-25 minutos. Dejar enfriar durante 5 minutos antes de servir.

Información nutricional por porción (basada en 24 porciones):

Calorías 34 (53% de grasa) • Carbohidratos 3 g • Proteínas 2 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 5 mg • Sodio 113 mg • Calcio 28 mg • Fibra 1 g

*El champiñón Cremini pertenece a la misma especie que el champiñón blanco, pero es más oscuro y tiene un sabor más intenso. El champiñón Cremini el mismo champiñón Portobello en su etapa inicial de crecimiento. En ciertos mercados, llaman a los champiñones Cremini "Baby Bellas".

Crema para untar de ajo asado y pimiento rojo

Deliciosa crema con sabor a ajo asado.

Rinde 2 tazas (475 ml)

- 1 diente de ajo, pelado
- ½ cucharadita de aceite de oliva virgen extra
- ½ taza (120 ml) de crema agria baja en grasa
- 1 cebolleta ("scallion"), en trozos
- 1 pimiento dulce rojo asado
- ¼ cucharadita de sal kosher
- ¼ cucharadita de pimiento negra recién molida

Precalentar el horno a 375 ° F (190 ° C). Revolver el ajo con el aceite y envolverlo en papel de aluminio. Meter al horno por 1 hora, en el centro. Retirar del horno y dejar enfriar.

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Procesar el ajo durante 20 segundos. Raspar el bol. Agregar los ingredientes restantes y procesar durante 10–15 segundos. Raspar el bol y procesar durante 10 segundos adicionales, hasta obtener una mezcla homogénea. Dejar reposar en el refrigerador durante 1 hora para combinar los sabores. Servir con vegetales crudos o palitos de pan.

Información nutricional por cucharada:
Calorías 12 (45% de grasa) • Carbohidratos 1 mg • Proteínas 0 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 1 mg • Sodio 53 mg • Calcio 18 mg • Fibra 0 g

Guacamole cremoso

Deliciosa salsa fresca, perfecta para mojar, untar o acompañar carne o pollo asado.

Rinde 2 tazas (475 ml)

- 1 diente de ajo pequeño
- 3 aguacates maduros
- 2 cucharaditas de jugo de limón fresco
- ½ cucharadita de sal kosher
- ¼ cucharadita de pimiento negra recién molida

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Encender la máquina y echar el ajo en la boca de llenado; procesar para picar. Raspar el bol y agregar el aguacate, el jugo de limón, la sal y la pimiento. Pulsar 15 veces o más si desea obtener una consistencia más homogénea. Servir con chips de maíz.

Información nutricional por cucharada:
Calorías 27 (76% de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 0 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 38 mg • Calcio 2 mg • Fibra 1 g

Aperitivos/Entradas

Salsa de tomates y maíz

Pruebe esta sabrosa salsa con pollo o mariscos asados.

Rinde 2 tazas (475 ml)

1	cebolla pequeña, en pedazos
¼	taza (15 g) de cilantro fresco
1	jalapeño mediano, sin semillas, en trocitos
3	tomates maduros, en pedazos
1	cucharadita de jugo de lima/limón verde fresco
½	taza (80 g) de maíz fresco o congelado (sin descongelar)
½	cucharadita de sal kosher

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner la cebolla, el cilantro y el jalapeño en el bol. Procesar durante aproximadamente 5 segundos, hasta que esté finamente picado. Raspar el bol. Agregar los tomates y el jugo de limón. Pulsar 5–7 veces, hasta que los tomates estén picados gruesos. Agregar el maíz y la sal; pulsar una vez para mezclar. Dejar reposar durante 1 hora antes de servir para combinar los sabores. Servir con chips de maíz.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 5 (8% de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 37 mg • Calcio 2 mg • Fibra 0 g

Crema para untar griega

Utilice esta sabrosa crema para preparar sándwiches de vegetales con pan pita.

Rinde aproximadamente 2 tazas (475 ml)

6	onzas (170 g) de queso crema bajo en grasa, en pedazos, a temperatura ambiente
6	onzas (170 g) de queso Feta
¼	taza (40 g) de cebolla roja, en pedazos
¼	taza (35 g) de pimiento verde, en pedazos
¼	cucharadita de orégano seco
2	cucharadas de aceitunas negras deshuesadas

Instalar la cuchilla picadora/mezcladora. Poner el queso en el bol y procesar durante 10–15 segundos, hasta que esté suave. Raspar el bol. Agregar los ingredientes restantes y procesar durante 10 segundos. Raspar el bol y procesar durante 10–15 segundos adicionales, hasta obtener una mezcla homogénea. Dejar reposar en el refrigerador durante 1 hora para combinar los sabores. Servir con galletas saladas, chips de pita o vegetales crudos.

Información nutricional por cucharada:

Calorías 28 (69% de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 1 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 8 mg • Sodio 81 mg • Calcio 33 mg • Fibra 0 g

Recetas

Aperitivos/Entradas 23



Sopas y cremas 28



Salsas y aderezos 32



Panes y bizcochos 42



Acompañamientos 55



Platos principales 58



Pizza 64



Postres 65



Nota

El tiempo de preparación indicado en la receta es una estimación del tiempo necesario para preparar, ensamblar y cocer los ingredientes, una vez que están listos sobre la encimera.
El valor nutricional de las recetas a continuación es por porción. Cuando el número de porciones varía, el valor nutricional está basado en el número más alto.

ANTES DE HACER REPARAR SU APARATO

Si su aparato tiene algún problema, le recomendamos que llame a nuestro servicio posventa al 1-800-726-0190 antes de regresar el aparato a Cuisinart. Un representante le confirmará si su aparato sigue bajo garantía y le indicará la dirección del centro de servicio más cercano.

Este aparato satisface las más altas exigencias de fabricación y ha sido diseñado para uso sobre corriente de 120V, usando accesorios y piezas de repuesto autorizados solamente. Esta garantía excluye expresamente los daños causados por accesorios, piezas o reparaciones no autorizados por Cuisinart, así como los daños causados por el uso de un convertidor de voltaje. Esta garantía no cubre el uso institucional o comercial del producto, y no es válida en caso de daños causados por mal uso, negligencia o accidente. Esta garantía excluye expresamente todos los daños incidentales o consecuentes. Algunos Estados no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes, de modo que las limitaciones mencionadas pueden no regir para usted. Usted puede tener otros derechos que varían de un Estado a otro.

Importante: si debe llevar el aparato defectuoso a un centro de servicio no autorizado, por favor informe al personal del centro de servicio que deberían llamar al servicio posventa de Cuisinart al 1-800-726-0190 a fin de diagnosticar el problema correctamente, usar las piezas correctas para repararlo y asegurarse de que el producto esté bajo garantía.

GARANTÍA LIMITADA DE TRES AÑOS SOBRE LA MÁQUINA Garantía de 10 años sobre el motor

Esta garantía es para los consumidores solamente. Usted es un consumidor si ha comprado su aparato Cuisinart® en una tienda, para uso personal o casero. A excepción de los estados donde la ley lo permita, esta garantía no es para los detallistas u otros comerciantes. Cuisinart garantiza este aparato contra todo defecto de materiales o fabricación durante 3 años después de la fecha de compra original, siempre que el aparato haya sido utilizado para uso doméstico y según las instrucciones.

le aconsejamos que llene el formulario de registro disponible en www.cuisinart.com a fin de facilitar la verificación de la fecha de compra original. Sin embargo, no es necesario registrar el producto para recibir servicio bajo esta garantía. En ausencia del recibo de compra, el período de garantía será calculado a partir de la fecha de fabricación.

Si este aparato presentara algún defecto de materiales o fabricación durante el período de garantía, la repararemos o reemplazaremos (a nuestra opción). Para obtener servicio bajo esta garantía, llame a nuestra línea directa gratuita al 1-800-726-0190 o regrese el aparato defectuoso a: Cuisinart, Service Department, 7475 North Glen Harbor Blvd., Glendale, AZ 85307. Regrese el aparato defectuoso, junto con su recibo de compra y un cheque o giro postal de US\$10.00 por gastos de manejo y envío.

Los residentes de California sólo necesitan dar una prueba de compra y deben llamar al 1-800-726-0190 para recibir instrucciones de envío.

NOTA: para mayor seguridad, le aconsejamos que mande su paquete por un método de entrega con seguro y seguimiento. Cuisinart no será responsable por los daños ocurridos durante el transporte o por los paquetes mandados a una dirección equivocada. Los productos no serán cubiertos bajo esta garantía. Recuerde incluir su nombre, dirección y teléfono, la descripción del problema, así como cualquier información pertinente.

RESIDENTES DE CALIFORNIA SOLAMENTE

La ley del estado de California ofrece dos opciones bajo el período de garantía. Los residentes del estado de California pueden (A) regresar el producto defectuoso a la tienda donde lo compraron o (B) a otra tienda que venda productos Cuisinart® de este tipo.

La tienda, a su opción, reparará el producto, referirá al consumidor a un centro de servicio independiente, cambiará el producto o reembolsará al consumidor por el precio original del producto, menos la cantidad imputable al uso del producto por el consumidor hasta que éste se dañe. Si estas dos opciones no satisfacen al consumidor, podrá llevar el producto a un centro de servicio independiente, siempre que se pueda ajustar o reparar el producto de manera económica. Cuisinart será responsable por los gastos de servicio, reparación, reemplazo o reembolso de los productos defectuosos durante el período de garantía.

Los residentes de California también pueden, si lo desean, mandar el aparato defectuoso directamente a Cuisinart para que lo reparen o lo cambien. Para esto, se debe llamar a nuestro servicio posventa al 1-800-800-726-0190.

Cuisinart será responsable por los gastos de reparación, reemplazo, manejo y envío de los productos defectuosos durante el período de garantía.

propias mezclas de especias, es buena idea comprar otro bol solamente para esto.

La base del aparato está hecha de un plástico resistente a impacto. El acabado lucirá nuevo durante años. Limpie la base con una esponja ligeramente humedecida durante el uso.

Los pies de goma de la base mantienen el aparato estable sobre la mayoría de las superficies cuando esté en marcha. Si los pies dejan marcas en la encimera, rocíe producto quitamanchas y limpie la zona con una esponja humedecida. Si esto no soluciona el problema, vuelva a limpiar la encimera con un limpiador en polvo no abrasivo.

Para limpiar el interior del adaptador removible, deslice el botón de liberación hasta arriba y manténgalo en esta posición mientras enjuaga el interior del adaptador. **IMPORTANTE:** no guarde las cuchillas o los discos sobre el árbol del motor. Instale la cuchilla o el disco en el momento de usarlos únicamente.

MANTENIMIENTO: cualquier otro servicio debe ser realizado por un técnico autorizado.

PARA SU SEGURIDAD

Su aparato, como todos los electrodomésticos, debe usarse con cuidado. Para prevenir los riesgos de herida resultantes de un mal uso, siga estas reglas de seguridad.

Manipule la cuchilla y los discos con sumo cuidado. Sus filos son muy cortantes. Siempre coloque el disco sobre una superficie plana y estable antes de conectar el adaptador removible. Asegúrese de que el bol esté debidamente instalado antes de instalar la cuchilla o el disco.

Inserte la cuchilla o el disco completamente, lo más bajo que encaje. Siempre instale la cuchilla antes de agregar los ingredientes al bol.

INFORMACIÓN TÉCNICA

El motor de su procesadora de alimento funciona con corriente estándar. Las especificaciones eléctricas del aparato están indicadas en la etiqueta debajo de la base.

Un interruptor de seguridad apagará automáticamente en motor en caso de sobrecalentamiento. Esto puede ocurrir cuando procesa mezclas espesas durante un tiempo prolongado o cuando usa el aparato sin interrupción durante un tiempo excesivo. Si esto ocurriera, desconecte el aparato y permita que se enfríe durante 10 minutos o más (hasta una hora en casos extremos).

Un mecanismo de seguridad impide que el aparato se ponga en marcha a menos que el bol y la tapa estén debidamente asegurados. El motor de la procesadora se apaga muy rápidamente después de apagar el aparato y se detiene automáticamente al retirar el juego de empujadores de la boca de llenado.

Siempre use los empujadores para empujar los alimentos.

Nunca introduzca los dedos o algún utensilio en la boca de llenado. Siempre espere hasta que la cuchilla o el disco estén totalmente inmóviles antes de abrir la tapa o sacar el empujador.

Siempre desenchufe el aparato antes de retirar los alimentos del bol, limpiar el aparato, instalar o sacar piezas.

Siempre retire el bol de la base antes de sacar la cuchilla.

Tenga cuidado de no dejar caer la cuchilla al vaciar el bol. Retire la cuchilla antes de vaciar el bol, o manténgala en su lugar con su dedo, una espátula o una cuchara.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Mantenga su procesadora de alimentos en la encimera, para siempre tenerla lista. Desenchufe el aparato cuando no está en uso.

Guarde los accesorios fuera del alcance de los niños. Las cajas de almacenamiento (opcionales) permiten guardar los accesorios de manera segura y práctica.

Todas las piezas removibles son aptas para lavavajillas. Recomendamos que las lave en el nivel superior del lavavajillas únicamente. El intenso calor del agua en el nivel inferior del lavavajillas puede dañar el bol y la tapa. Ponga el bol al revés para evitar que se llene de agua durante el ciclo de lavado. Tenga cuidado al retirar las cuchillas y los discos del lavavajillas.

Le recomendamos que enjuague todas las piezas inmediatamente después del uso, ya que alimentos secos podrían dificultar la limpieza. El orificio en el fondo del empujador grande permite que el agua escurra y facilite la limpieza. Si alimentos quedaron atrapados adentro del empujador, enjuague éste en agua o limpielo con un cepillo para botella.

Si desea lavar las cuchillas y los discos a mano, haga esto con mucho cuidado. No los deje en agua jabonosa, donde los pueda perder de vista. Para limpiar la cuchilla, llene el bol con agua jabonosa. Instale la cuchilla en el bol y, sosteniéndola por el eje de plástico, muévela rápidamente y repetidamente desde arriba hasta abajo. También puede usar la ducha del fregadero. Utilice un cepillo si es necesario.

El bol es inastillable y resistente al calor. Sin embargo, no debería meterse al microondas porque contiene piezas de metal.

Algunos alimentos duros pueden rallar el bol. Es el caso del hielo, de las especias enteras, de los granos de café y de algunos aceites. Si le gusta preparar sus

Corte los alimentos en pedazos

suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Por lo general, deberá cortar las pechugas (des huesadas) longitudinalmente por la mitad. Envuelva los pedazos en una película de plástico y póngalos en el congelador. Una vez semi-congelados (está dura al tacto, pero se puede pinchar fácilmente con la punta de un cuchillo afilado), están listos. Quite el plástico. Coloque los pedazos horizontalmente o verticalmente en la boca de llenado, según los resultados deseados.

Salami y otras salchichas

Congeele las salchichas tiernas hasta que estén duras al tacto, pero lo suficientemente suaves como para poder perforarse fácilmente con la punta de un cuchillo afilado. No es necesario congelar las salchichas duras. Introduzca la salchicha en el centro del empujador grande si es lo suficientemente fina. En el caso contrario, córtela en pedazos suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Disponga los pedazos verticalmente en la boca de llenado, apretándolos para que no se muevan durante el procesamiento.

Quesos duros (por ej. queso suizo o queso Cheddar):

Corte el queso en pedazos suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Congélelo hasta que esté duro al tacto pero que se pueda pinchar fácilmente con la punta de un cuchillo afilado. Llene la boca de llenado y procese, empujando suavemente el empujador.

IMPORTANTE: nunca intente rebanar queso suave como la Mozzarella o queso duro como el queso Parmesano; esto podría dañar el disco o el motor. La mayoría de los quesos pueden rallarse, excepto los quesos muy suaves. Para rallar Mozzarella, deberá congelarla durante unos minutos primero. Los quesos duros deben estar a temperatura ambiente. Por lo tanto, solamente ralle Mozzarella muy fría y Parmesano a temperatura ambiente.

el empujador grande en la boca de llenado, deslizándolo hasta el fondo.

Corte los alimentos en pedazos ligeramente más cortos que la boca de llenado. Si los alimentos son largos y finos (por ejemplo zanahorias), cólquelos lo más posible hacia la izquierda para que no se muevan. Si los alimentos son más anchos de un lado que otro, córtelos por la mitad y júntelos en pares de manera que cada lado tenga aproximadamente el mismo diámetro.

Habichuelas estilo francés

Corte las habichuelas por ambos lados para que quepan horizontalmente en la boca de llenado. Dispóngalas horizontalmente en la boca de llenado, llenando ésta hasta 1 pulgada (2.5 cm) de la cumbre. Usando el disco rebanador, PULSE para cortar las habichuelas en lonjas finas.

Utilice el mismo método para cortar las zanahorias y los calabacines crudos en rodajas largas y oblicuas.

Juliana de frutas/verduras

Preparar una Juliana consiste en cortar las frutas/verduras dos veces, para obtener tiras largas y muy delgadas. Introduzca las

CÓMO PROCESAR QUESOS

TIPO DE QUESO

Suave

Brie, Camembert, a temperatura ambiente
 Mozzarella, congelada por 15–20 minutos
 Ricotta, a temperatura ambiente
 Requesón, queso crema

Semi-suave

Azul, helado	si	si	si
Fontina, helado	si	si	si
Bel Paese, helado	si	si	no

Semi-duro

Cheddar, helado	si	si	si
Monterey Jack, Longhorn, helado	si	si	si
Suizo, Jarlsberg, helado	si	si	si
Edam, Gouda, helado	si	si	si
Provologne, helado	si	si	si

Duro, a temperatura ambiente

Parmesano, Romano, Locatelli	si	si	no
Pecorino, Asiago	si	si	no

*Los quesos suaves y semi-suaves se harán púre; los quesos semi-duros y duros se picarán.

frutas/verduras (dapas, nabos, calabacines, manzanas, etc.) horizontalmente en la boca de llenado.

Corte los alimentos de manera que quepan horizontalmente en la boca de llenado. Empuje los alimentos mientras presiona el botón PULSE. Obtendrá rodajas largas. Retire las rodajas del bol y vuelva a ensamblar las rodajas horizontalmente. Introduzca las rodajas (juntas) verticalmente en la boca de llenado. Rebánelas otra vez. Obtendrá tiras largas y delgadas.

Para hacer Juliana de frutas/verduras en un paso, utilice un disco para cortar en Juliana (opcional).

Carne/aves cocidos

La carne debe estar muy fría. Corte los alimentos en pedazos suficientemente pequeños como para caber en la boca de llenado. Para preparar Juliana de jamón o mortadela, enrollé varias lonchas juntas y coloque cuantos más rollos posible verticalmente en la boca de llenado. Para obtener resultados óptimos, utilice lonchas cuadradas o rectangulares.

Carne/aves crudos

PICAR RALLAR REBANAR

CÓMO RETIRAR LOS ALIMENTOS REBANADOS/RALLADOS DEL BOL

Espera hasta que el disco esté completamente inmóvil. Desconecte el cable de la toma de corriente. Agarre el bol del asa y gíre en sentido horario. Alice el bol; el bol y la tapa se sacarán juntos. Gíre la tapa en sentido horario.

Retire la tapa y colóquela sobre la encimera, al revés.

Retire el disco,

introduciendo los dedos debajo de cada lado y alzando. Coloque el disco sobre la tapa para evitar los goteos.

CONSEJOS Y TÉCNICAS PARA REBANAR/RALLAR

Frutas/verduras redondas pequeñas (frutas del bosque, rábanos,

champiñones, etc.)

Corte las frutas/hortalizas por ambos lados. Introduzcalas en la boca de llenado, el lado cortado hacia abajo. La boca de llenado podrá llenarse hasta 1 pulgada (2.5 cm) de la cumbre.

Las primeras rodajas son perfectas para servir de aderezo. Si desea que todas las rodajas tengan exactamente el mismo espesor, procese una capa de frutas/hortalizas a la vez.

Frutas/verduras largas (bananos, apio, calabacines, etc.)

Corte las frutas/verduras largas en pedazos más cortos si es necesario. Corte ambos lados rectos. Use una regla o el empujador como guía. Posicione los pedazos verticalmente en la boca de llenado, apretujándolos para que no se muevan durante el procesamiento.

Pequeñas cantidades

Introduzca los alimentos en el centro del empujador grande y empujuelos con el empujador pequeño. Retire el empujador pequeño del empujador grande. Introduzca

pedazos más pequeños si fuera necesario, siempre verticalmente.

El disco rebanador de 2 mm y el disco rebanador de 1 mm (opcionales) son perfectos para rebanar col para hacer ensalada.

Si no cabe en la boca de llenado, procure introducir por la parte de abajo, donde la abertura es más ancha.

Posicione los alimentos según el resultado deseado:

horizontalmente para obtener rodajas largas;

verticalmente para obtener ralladura/largas;

Apretuje los alimentos en la boca de llenado, pero no la sobrecargue.

Siempre use el empujador para empujar los alimentos.

Nunca introduzca los dedos ni algún utensilio en la boca de llenado.

Nunca empuje el empujador con mucha fuerza. Emplee presión leve para empujar el queso y los alimentos suaves (bananos, champiñones, fresas, tomates). Emplee presión moderada para empujar los alimentos firmes (manzanas, apio, cítricos, papas y calabacines). Emplee presión firme para empujar los alimentos duros (zanahorias, batatas).

EJERCICIOS DE PRÁCTICA

1. Instale el disco deseado, cierre la tapa e introduzca los alimentos en la boca de llenado.

2. Introduzca el empujador en la boca de llenado y empuje los alimentos mientras presiona el botón PULSE. Suelte el botón ni bien los alimentos estén rebanados/rallados.

3. Vuelva llenar la boca de llenado, sin abrir la tapa; retire el empujador de la boca de llenado; Saldrá fácilmente, dejando la tapa y la boca de llenado en su lugar. Vuelva a llenar la boca de llenado y siga procesando de la misma manera.

½ cucharadita de azúcar y ⅓ taza (75 ml) de líquido tibio (105°–120°F) (40°C–48°C). Dentro de 10 minutos, la levadura hará espuma, lo que indica que está activa. No utilice levadura después de la fecha de vencimiento.

No utilice agua más caliente; esto podría matar las células de levadura y sobrecalentar la masa. Todos los demás líquidos de la receta deben estar fríos.

Evite procesar la masa durante demasiado tiempo; podría sobrecalentar. La temperatura de la masa debería alcanzar 80 °F (26 °C), pero nunca exceder 100 °F (37 °C).

Deje leudar la masa en un lugar templado de 75–90 °F (24–32 °C).

La masa a base de harina integral demorará más en leudar que la masa a base de harina blanca.

El pan está demasiado pesado/denso
La próxima vez, averigüe la textura de la masa antes de ponerla a leudar. La masa debe estar suave, flexible y ligeramente pegajosa. Deje leudar la masa al doble de su volumen, en un recipiente o una bolsa, y permita que leude otra vez después de dar forma al pan.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS – MASA DULCE

El motor pierde velocidad

- Puede que la cantidad de masa exceda la capacidad máxima. Divida la masa en dos porciones y amase cada porción por separado.
- No procese la masa durante mucho tiempo después de haber incorporado los ingredientes.

Las masas ricas producirán buenos resultados después de tan sólo 30 segundos.

La cuchilla no incorpora los ingredientes
A menos que la receta requiera mantequilla/margarina derretida, corte la

mantequilla en pedacitos.

La cuchilla no permanece en el fondo del bol

Presione la cuchilla para asegurarse de que esté en el fondo del bol. Puede que el bol esté sobrecargado. Divida la masa en dos porciones y amáselas por separado.

El motor se apaga

Véase el comentario en la página anterior.

La masa no leuda

Véase el comentario en la página anterior.

USOS DEL DISCO REBANADOR Y DEL DISCO TRITURADOR

Preparación de los alimentos

(véase las instrucciones de ensamble)

Frutas/hortalizas redondas (fresas, rábanos, champiñones, etc.)

Corte la parte inferior de la fruta/verdura para que repose recta sobre el disco.

Coloque los alimentos en la boca de llenado, lo más posible hacia la izquierda.

para que no muevan durante el procesamiento. Elija frutas maduras, pero firmes.

Siempre retire las colas, pepas, huesos y semillas antes de procesar. No es necesario quitar las pepas de los cítricos.

Pele la cáscara si desea.

Para cortar pimientos dulces en rodajas:

Quite el tallo y corte el lado del tallo recto. Quite el corazón y las semillas con una cuchara. No corte el otro lado del pimiento. Esto producirá rodajas más redondas y uniformes.

Cómo rebanar frutas grandes como

piña:

Corte un lado recto y quite el corazón o las semillas/pepas. Corte cada mitad en pedazos más pequeños si fuera necesario.

Cómo rallar col y lechuga:

Corte la parte de arriba y la de abajo, y luego córtela verticalmente por la mitad. Quite el corazón y corte la verdura en

pan, coloque la masa sobre una placa aceitada y permita que leude al doble de su volumen.

Preparación consecutiva:

Si desea, puede preparar varias tandas consecutivas de pan. El motor de su procesadora de alimentos es extremadamente eficaz.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS - MASA DE PAN

La cuchilla no incorpora los ingredientes

Siempre ponga la procesadora en marcha antes de agregar líquido. Eche el líquido lentamente, para permitir que los ingredientes secos lo absorban. Si el líquido chapotea o salpica, deje de añadirlo, pero no apague el aparato. Espere hasta que los ingredientes se mezclen, y luego siga añadiendo lentamente el líquido. Eche el líquido en la boca de llenado, en el momento preciso en que la masa pasa debajo de ésta; no agregue el líquido directamente al bol.

La cuchilla no permanece en el fondo del bol

Presione la cuchilla para asegurarse de que esté en el fondo del bol.

Masa excesivamente pegajosa puede alzar la cuchilla.

Si la masa parece muy pegajosa, vuelva a instalar la cuchilla y agregue inmediatamente 2 cucharadas de harina por la boca de llenado, sin apagar la máquina.

La masa no deja el bol limpio

• Puede que la cantidad de masa exceda la capacidad máxima. Divida la masa en dos porciones y amase cada porción por separado.

• Puede que la masa esté demasiado seca. Si la masa se desmigaja, añada agua 1 cucharada a la vez, sin apagar la máquina, y siga procesando hasta que

la masa deje de pegar al bol. Espere 10 segundos entre cada adición.

• Puede que la masa esté demasiado húmeda. Sin apagar la máquina, añada 1 cucharada de harina. Si es necesario, añada más harina, una cucharada a la vez, hasta que la masa deje de pegar al bol y forme una bola.

La masa se enreda en la cuchilla y no está homogénea

Divida la masa en 3 porciones y disponga las porciones uniformemente en el fondo del bol. Siga procesando hasta que la masa esté suave y flexible.

La masa parece dura

Divida la masa en 2 ó 3 porciones y disponga éstas uniformemente en el fondo del bol. Amasar durante 10 segundos, hasta obtener una masa suave y homogénea.

La masa está demasiado suave o se fuga

Siempre encienda la máquina antes de añadir líquido y espere hasta que los ingredientes secos absorban el líquido antes de añadir más.

El motor se apaga

• Puede que la tapa haya quedado abierta.

• Puede que el cable se haya desconectado de la toma de corriente.

• Puede que la máquina se haya cansado y que el motor haya sobrecalentado.

Permita que el motor se enfríe durante 5-10 minutos. Un cortocircuito de seguridad apaga automáticamente el motor en caso de sobrecalentamiento. Si el motor se apaga de repente, apague la máquina. Después de 5-10 minutos, divida la masa en 2 porciones y siga procesando cada porción por separado. Pellizque la masa para asegurarse de que no esté demasiado dura para amasarse a mano. Si lo es, agregue líquido, 1 cucharadita a la vez, hasta que la masa deje de pegar al bol.

La masa no leuda

Recomendamos que siempre active/fermente la levadura, combinándola con

líquido tibio (entre 105 °F/40 °C y 120 °F/46 °C). Si la temperatura es más baja, la levadura no se activará. Si la temperatura es demasiado alta (más de 130 °F/54 °C), la células de levadura morirán.

Si la receta incluye un edulcorante, como azúcar o miel, agregue una cucharadita con la levadura. Si la receta no incluye edulcorante, agregue una pizca de sal o de harina. Deje la mezcla reposar durante hasta 10 minutos, hasta que haga espuma. Si no hace burbujas, tírala y empezar de nuevo, con un nuevo paquete de levadura.

Cómo procesar ingredientes secos:

Coloque la harina y los ingredientes secos en el bol. Si la receta requiere hierbas, aceite o manteca/mantequilla, agréguelos con la harina. Procese continuamente durante 20 segundos. Nota: puede añadir el queso, las nueces y las pasas con los ingredientes secos o durante el amasado final. Para dejarlos casi enteros, agréguelos durante los últimos 5 segundos. Para conseguir una textura más fina, agréguelos antes.

Cómo añadir líquidos:

Los líquidos deben añadirse por el empujador pequeño, mientras la máquina está encendida. Eche el líquido lentamente, para permitir que los ingredientes secos lo absorban. Si el líquido chapotea o salpica, deje de añadir, pero no apague el aparato. Espere hasta que los ingredientes se mezclen, y luego siga añadiendo lentamente el líquido. Eche el líquido sobre la masa en el momento que pasa debajo de la boca de llenado. Procure no echar el líquido en el fondo del bol.

Siga la receta al pie de la letra. Es importante que añada suficiente líquido, para que la masa pueda amasarse debidamente. Amasar masa muy densa puede cansar la máquina. El resto del líquido usado en la receta debe estar frío, para evitar que la masa se sobrecaliente. No permita que la masa alcance más de 100 °F (37 °C); esto impedirá que leude.

Masa de pan:

Procure no procesar masa que esté demasiado dura para amasarse a mano; esto podría

cansar el motor.

Después de que la masa llegue a formar una bola, procese durante 60 segundos adicionales. Apague la máquina y averigüe la consistencia de la masa. La masa fermentada salada estará suave y ligeramente pegajosa. Estire la masa entre sus manos para averiguar la consistencia. Si se siente dura, grumosa o irregular, siga procesando hasta que esté suave y flexible. Asegúrese de que la cuchilla esté

debidamente instalada antes de regresar la masa al bol.

Masa dulce:

Procese la masa durante por lo menos 30 segundos después de haber incorporado todos los ingredientes. La masa seguirá pegando a las paredes del bol. Si es necesario, raspe el bol y procese durante 5 segundos adicionales.

Cómo dejar leudar la masa:

Ponga la masa en una bolsa de plástico hermética ligeramente enharinada. Expulse el aire y cierre la bolsa, dejando suficiente espacio para que la masa leude.

○ ponga la masa en un recipiente grande engrasado con mantequilla o aceite vegetal. Cubra la masa con la mantequilla/aceite. Cubra el recipiente con una toalla humedecida o una película de plástico.

Deje leudar, en un lugar templado (80

°F/26 °C) sin corrientes de aire. Por lo general, eso demora 1½ hora, pero puede tomar entre 45 minutos y varias horas

dependiendo del tipo de harina y de la humedad en el aire. Para probar la masa, hunda su dedo ligeramente en ella. La abolladura deberá permanecer en la masa. Si no lo hace, deje que leude por más tiempo y pruébela otra vez.

Cuando la masa esté lista, aplástela para desinflarla.

Cómo dar forma al pan:

Si usa un molde de barra para cocer el pan, llene el molde solamente hasta la mitad. Deje leudar hasta que la masa pase la cumbre. Si desea dar forma al

cuchilla picadora/mezcladora. Retire los ingredientes secos del bol.

Coloque los huevos y el azúcar en el bol y procese continuamente (ON) durante aproximadamente 1 minuto. Luego, agregue mantequilla a temperatura ambiente, cortada en pedazos. Procese durante 1 minuto, hasta obtener una mezcla homogénea. Agregue los condimentos (vainilla, especias, cacao, etc.) y el líquido; procese hasta obtener una mezcla suave. Agregue los ingredientes secos.

Presione repetidamente el botón PULSE, averiguando el resultado después de cada pulsación. Deje de pulsar después de haber incorporado los ingredientes secos. Si procesa demasiado la masa, el pastel será duro. Nota: si la receta requiere ingredientes picados gruesos (por ej. pasas o nueces), agregue éstos al mismo tiempo como los ingredientes secos.

Cómo procesar harinas preparadas para pasteles:

Su procesadora de alimentos es lo suficientemente grande como para procesar un paquete de 18.5 onzas (235 g) de harina preparada. Instale la cuchilla de metal y coloque la harina preparada en el bol. Presione el botón ON, agregue los huevos y el líquido por el empujador pequeño y procese durante 5 segundos. Raspe el bol y la cuchilla de metal. Introduzca el dedo en la abertura debajo del bol para mantener la cuchilla en su puesto al vaciar el bol.

Consejo: después de vaciar el bol, regrese lo sobre el bloque-motor y PULSE una vez; esto despegará los alimentos de la cuchilla. Retire la cuchilla y raspe el bol con una espátula.

TÉCNICAS PARA AMASAR MASA DE LEVADURA

Su procesadora de alimentos ha sido diseñada para mezclar y amasar en una tracción del tiempo. Obtendrá resultados perfectos si sigue estas instrucciones:

NUNCA PROCESÉ MASA QUE ESTÉ DEMASIADO DURA PARA AMASARSE A MANO.

Hay dos tipos de masa con levadura. La masa de pan típica está hecha con una mezcla de harina que contiene por lo menos un 50% de harina blanca. Es suave, flexible y ligeramente pegajosa. No pega a las paredes del bol.

La masa dulce contiene más azúcar, mantequilla y/o huevos que la masa de pan típica. Es rica y pegajosa, y no deja el bol limpio.

Requiere amasarse durante menos tiempo por lo general, 30 segundos son suficientes, pero obtendrá mejores resultados si la amasa durante 60-90 segundos, siempre que la máquina no ralentice. El método es el mismo para ambos tipos de masa.

Capacidad/Medición

Revuelva la harina con una cuchara o un tenedor antes de medirla. No mida la harina directamente al salir del paquete. Llene el vaso medidor completamente. Enrase la harina con el filo de un cuchillo o una espátula. Recomendamos usar un máximo de 4 tazas (500 g) de harina común o 2½ tazas (300 g) de harina integral. Si la receta incluye más de la cantidad recomendada, procese los ingredientes en varias veces. También procese la masa dulce en varias veces si la receta requiere más de 3½ tazas (435 g) de harina.

Cómo medir la harina:

Revuelva la harina con una cuchara o un tenedor antes de medirla. No mida la harina directamente al salir del paquete. Llene el vaso medidor completamente. Enrase la harina con el filo de un cuchillo o una espátula. Si no tiene balanza, o si una receta no especifica el peso, utilice una taza de medir o un vaso medidor. Utilice un vaso medidor para ingredientes secos, no para líquidos.

No aplaste la harina en el vaso medidor.

Cómo activar/fermentar la levadura:

Averigüe la fecha de vencimiento de la levadura. Disuelva la levadura en aproximadamente ⅓ taza (75 ml) de

Cómo hacer mayonesa:

Su procesadora de alimentos le permitirá preparar mayonesa infalible. Cerciórese que el bol y la cuchilla están limpios y secos.

Precaución: los huevos crudos pueden

contener salmonela y otras bacterias

peligrosas para la salud. Por lo tanto, le

aconsejamos que cuece los huevos antes

de usarlos para preparar mayonesa, salsa

holandesa, aderezo César, soufflés y

biscochos que no requieran hornearse,

monses y otras recetas que incluyen yemas

de huevo crudo. Para preparar mayonesa,

le recomendamos usar la receta en la

página 31 o el método siguiente que emplea

sustituto de huevo pasteurizado.

Por "cada nuevo" de receta tradicional,

coloque en el bol ¼ taza (60 ml) de sustituto

de huevo pasteurizado, 2 cucharadas de

vinagre o de jugo de limón, 1 cucharadita de

mostaza seca y ½ cucharadita de sal kosher.

Encienda la máquina y eche ½ taza (120 ml)

de aceite vegetal en el empujador pequeño,

dejando que gotee lentamente. Cuando

todo el aceite haya bajado, agregue ½ taza

(120 ml) más de aceite, de la misma manera.

Procese hasta obtener una emulsión espesa.

Para variar, experimente con diferentes

sabores de vinagres, hierbas frescas picadas

e incluso ajo asado. Para preparar mayonesa

"light", agregue un poco de yogur sin grasa

escurrido.

Cómo montar claras:

Asegúrese de que el bol esté muy limpio.

Coloque 3–6 claras en el bol y presione el

botón ON. Agregue 1 cucharadita de jugo

de limón o de vinagre por clara. Esto permite

obtener claras montadas más firmes; el

sabor es imperceptible en los pasteles o

soufflés. Procese a punto de nieve durante

1 ½–2 ½ minutos.

Cómo batir crema:

La crema batida/nata montada hecha con

procesadora mantiene su forma. Es perfecta

para decorar o servir con postres. Sin

embargo, no tendrá la consistencia ligera

y esponjosa de la crema batida tradicional.

Refrigere la crema antes de empezar.

Procese continuamente (ON) hasta que la

crema empiece a espesarse.

Agregue la cantidad deseada de azúcar

y siga procesando hasta obtener la

consistencia deseada.

Para obtener resultados consistentes,

agregue 2 cucharadas (15 g) de leche sin

grasa/descremada en polvo a la crema antes

de batir.

Cómo rallar pan y moler galletas:

Corte le pan o las galletas (saldas o

dulces) en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm)

y coloque los pedazos en el bol. Procese

continuamente (ON) hasta obtener la textura

deseada.

Añada perejil picado u otras hierbas picadas

si desea. Si desea añadir mantequilla,

primero procese el pan o las galletas, y luego

agregue la mantequilla por el empujador

pequeño, sin apagar la máquina. Para

preparar fondo de tarta de galletas molidas,

procese las galletas según se describe

anteriormente. Agregue azúcar, especias y

mantequilla. Procesar hasta que la mezcla

esté bien combinada.

Cómo preparar masa de hojaldre:

Coloque harina común, sal y pedazos de

mantequilla muy fría en el bol. Procese

hasta obtener una mezcla que tenga la

consistencia de la harina de maíz. Rocíe

con la cantidad mínima de agua indicada

en la receta. PULSE 5 ó 6 veces. La masa

debería empujar al presionar

los ingredientes entre sus dedos. Si la

mezcla sigue seca y se desmigaja, agregue

masa agua, una cucharadita a la vez, hasta

formarse una masa. No permita que la

masa forme una bola en el bol, o resultará

dura. Estire ligeramente la masa hasta

formar un disco de 1 pulgada (2.5 cm) de

espesor y envuélvala en plástico. Refrigere

la masa durante una hora antes de usar, o

bien envuélvala en dos capas de plástico y

congélela.

Para preparar panes sin levadura o

pasteles/tortas con polvo de hornear y/o

bicarbonato de sodio:

La regla más importante es no sobre-

procesar la masa después de añadir la

harina. Todos los ingredientes, excepto la

mantequilla, deben estar fríos. Si la receta

requiere ralladura o ingredientes picados

(por ej. nueces), prepare estos ingredientes

primero, mientras el bol está limpio.

Coloque los ingredientes secos (harina, sal,

polvo de hornear/bicarbonato) en el bol y

procese durante 5 segundos, usando la

Cómo rallar cáscara de cítricos o picar frutas pegajosas como dátiles y pasas: Pele la cáscara de los cítricos con un pelador de verduras (no pele la parte blanca, la cual es amarga). Corte las peladuras en pedazos de 2 pulgadas (5 cm) o menos y procese con ½ taza de azúcar granulada, hasta obtener ralladura. Nota: esto puede tomar 2 minutos o más.

Para picar frutas pegajosas como dátiles, pasas, ciruelas pasas y frutas confitadas, primero congele las frutas durante aproximadamente 10 minutos. Coloque las frutas en el bol y agregue un poco de la harina de la receta. No use más de 1 taza (125 g) de harina por cada taza (200 g) de frutas.

Cómo picar carne, aves, pescado y mariscos:

Utilice alimentos helados, pero no congelados. Corte los alimentos en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm), para obtener resultados más homogéneos. No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla al principio de este manual de instrucciones). Oprima el botón PULSE 3 ó 4 veces, esperando 1 segundo entre cada pulsación. Para obtener una textura más fina, utilice el modo continuo (ON) durante varios segundos. Averigüe la consistencia a menudo. Raspe el bol con una espátula si es necesario.

Cómo moler carne, aves, pescado y mariscos:

Prepare los alimentos según se describió en la sección anterior. Presione el botón PULSE para picar, y luego procese continuamente (ON) hasta obtener la consistencia deseada. Raspe el bol con una espátula si es necesario. Deje los alimentos molidos en el bol y agregue nuevos, crema y los condimentos deseados. Procesar para mezclar.

Recuerda que la textura final depende de cuánto tiempo procesa los alimentos. Variar el tiempo permite obtener una variedad de texturas, ideales para hamburguesas, guiso, pimientos rellenos o "mousses" suaves. No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla de capacidad al principio de este manual). Presione repetidamente

el botón PULSE, averiguando a menudo para asegurarse de que las nueces no se transformen en mantequilla. Si una receta incluye harina o azúcar, combine 1 taza (200 g) de nueces con ½ taza (60 g) de harina o ½ taza (100 g) de azúcar antes de procesar; esto permitirá obtener resultados muy finos, sin hacer mantequilla de nueces. También puede picar las nueces con el disco triturador o el disco rebamador. El disco rallador (opcional) es particularmente eficaz para este trabajo.

Cómo hacer mantequilla de mani u otras nueces:

No exceda la capacidad máxima del bol. Procese continuamente (ON). Después de 1½–2 minutos, las nueces empezarán a formar una bola que se suavizará poco a poco. Raspe el bol con una espátula y siga procesando hasta que gotas de aceite aparezcan en el bol. Pruebe para averiguar la consistencia. Cuando más tiempo procesa las nueces, más suave la mantequilla. Para conseguir mantequilla con pedazos, agregue un puñado de nueces al bol cuando la bola de mantequilla empieza a suavizarse. Para hacer mantequilla de anacardo, agregue un poco de aceite vegetal sin sabor. Las mantequillas de nueces caseras no contienen conservantes. Refrigérelas para evitar que se separen.

Cómo hacer mantequillas aromatizadas, cremas para untar y salsas para mojar:

Corte la mantequilla en pedacitos y primero, pique finamente los ingredientes (anchaos, queso, hierbas, etc.), asegurándose primero de que le bol esté limpio y seco. Si la receta incluye ingredientes duros como ajo o queso duro, encienda el aparato y eche los ingredientes en la boca de llenado. Agregue la mantequilla y procese continuamente (ON) hasta obtener una mezcla suave.

Agregue los ingredientes líquidos de último, sin apagar el aparato, y procese justo hasta incorporarlos. Para hacer cremas para untar o salsas para mojar, procese los ingredientes de la misma manera. Utilice ingredientes a temperatura ambiente, córtelos en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm) y agréguelos una cucharada a la vez.

O: introduzca el dedo en el orificio debajo del bol y mantenga la cuchilla en su puesto al vaciar el bol. **También** puede sostener la cuchilla por el eje con su dedo o una espátula mientras vacía el bol.

USOS DE LA CUCHILLA PICADORA/MEZCLADORA

Preparación de los alimentos:

Cómo picar frutas/verduras crudas:

Corte los alimentos en pedazos de 1 pulgada (2,5 cm); esto producirá resultados más uniformes. No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla en la página 2). Cierre la tapa. Presione el botón PULSE repetidamente, hasta que los alimentos estén picados gruesos.

Para obtener una consistencia más fina, mantenga oprimido el botón PULSE hasta conseguir el resultado deseado. Averigüe la consistencia a menudo. Raspe el bol con una espátula si es necesario.

Cómo hacer puré de frutas/verduras cocidas:

Corte los alimentos en pedazos de 1 pulgada (2,5 cm); esto producirá resultados más rápidos.

No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla al principio de este manual de instrucciones). Cierre la tapa. Presione el botón PULSE repetidamente para picar grueso, y luego presione el botón ON y procesar hasta obtener la consistencia deseada. **NOTA:** no haga puré de papas usando este método; la cuchilla de metal produce una textura pegajosa.

Para hacer cremas, cocer los vegetales en agua/caldo. Coloque solamente los vegetales en el bol. Conseguirá resultados más suaves, más rápidamente, sin no añadir líquido. Después de procesar, agregue la cantidad necesaria de líquido de cocción para poder vaciar el bol.

Para desalojar alimentos trabados:

De vez en cuando, pedazos de alimentos pueden quedar trabados entre la cuchilla y el bol. Si esto ocurriera, apague y desconecte el aparato, abra la tapa, retire la cuchilla y retire los pedazos trabados. Vacíe el bol, vuelva a instalar la cuchilla y cierre la tapa. Presione el botón ON y eche los pedazos de alimentos en la boca de llenado. Después de haber agregado una taza de esta manera, coloque los ingredientes restantes en el bol y siga procesando como de costumbre.

Cómo picar alimentos duros:

Para picar alimentos duros como el ajo, encienda el aparato (ON) y eche los alimentos por la abertura en el centro del empujador grande. Los alimentos pequeños como el ajo pueden introducirse enteros. Corte los alimentos grandes como el queso en pedazos de 1 pulgada (2,5 cm). Este método es ideal para picar ajo, chalote y cebolla. Con el queso duro y el coco, obtendrá una textura rallada.

IMPORTANTE:

si el queso es demasiado duro como para cortarse con cuchillo, no intente picarlo; esto podría dañar la cuchilla o el aparato.

Cómo picar hierbas frescas:

Es imprescindible que las hierbas, el bol y la cuchilla estén completamente limpios y secos. Quite los tallos de las hierbas. Coloque las hojas en el bol y presione repetidamente el botón PULSE hasta obtener la consistencia deseada. Cuantas más hierbas pone en el bol, más fino el resultado. Si están completamente secas cuando las pica, las hierbas podrán conservarse en el refrigerador durante 4–5 días, en una bolsa hermética. También pueden congelarse durante hasta meses, en una bolsa o recipiente hermético.

INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN

Procure practicar con zanahorias o calabacines antes de procesar los alimentos que desea comer. Primero, corte

OFF.

5. Para apagar el aparato, oprima el botón el empujador en la boca de llenado otra vez. El aparato se volverá a encender al introducir y vuelva a llenar la boca de llenado. empujar los alimentos. Retire el empujador 4. Presione firmemente el empujador para aparato se pondrá en marcha. indicador luminoso se encenderá y el de llenado y presione el botón ON. El 3. Introduzca el empujador en la boca 12).
2. Retire el empujador e introduzca los alimentos en la boca de llenado (véase las instrucciones de preparación de los alimentos para rebanar o rallar en la página 12).
1. Ensamble el aparato según se describió en las instrucciones de ensamblaje.

ON (encendido continuo)

1. Ensamble el aparato según se describió en las instrucciones de ensamblaje. Ponga los ingredientes en el bol. Oprima repetidamente el botón PULSE, hasta obtener la consistencia deseada.

PULSE (función de pulso)

FUNCIONES

8. El aparato está listo.
7. Envíe el exceso de cable debajo de la base.
6. Introduzca el empujador en la boca de llenado.
5. Coloque la tapa sobre el bol, con la boca de llenado ligeramente a la izquierda del sujetar.
4. Coloque el disco ensamblado sobre el árbol del motor, el adaptador hacia abajo. Deberá quedar ajustado, en el fondo del bol.

- Coloque el bol sobre el bloque-motor, con el asa ligeramente a la izquierda del centro. Gire en sentido antihorario para sujetar.
- Instale la cuchilla picadora/mezcladora y coloque los ingredientes en el bol. Cierre la tapa, girando en sentido antihorario. Introduzca el empujador en la boca de llenado.
- Oprima y luego suelte el botón PULSE dos o tres veces. Permita que los alimentos bajen al fondo del bol antes de volver a presionar el botón PULSE; esto los pone en la trayectoria de la cuchilla.
- Utilizar la función de pulso evita sobre-procesar los alimentos. Averigüe la textura de los alimentos a menudo. Siga pulsando hasta obtener la consistencia deseada.
- Ciertos alimentos, como las cebollas, suelen licuarse muy rápidamente; averigüe su textura después de cada pulsación. Intente picar otros alimentos, como carne para hamburguesas o salchichas. Luego, prepare mayonesa, masa de hojaldre o pan, según se describe en la sección siguiente. Para obtener resultados consistentes: Utilice pedazos del mismo tamaño. No exceda la capacidad máxima del bol (véase la tabla al principio de este manual de instrucciones).
- Esperar hasta que el motor se haya detenido completamente antes de abrir la tapa. Cuando la cuchilla deje de girar, abra la tapa, girando en sentido horario. Retire el bol de la base antes de retirar la cuchilla; esto creará un sello que evitará los derrames. Gire el bol en sentido horario y álcelo para retirar uno de los métodos siguientes para evitar que la cuchilla se caiga al vaciar el bol: Cerciórese que sus manos estén secas. Agarre la cuchilla por el eje de plástico y retirela del bol antes de vaciar éste. La cuchilla debe quedar en el fondo del bol.

los alimentos en pedazos de 1 pulgada (2.5 cm);

PIEZAS

1. Bloque-motor con controles electrónicos fáciles de usar
2. Bol de 9 tazas (2,1 L)
3. Tapa con ancha boca de llenado Cuisinart® Supreme®
4. Juego de empujadores
5. Cuchilla picadora/mezcladora muy afilada
6. Disco rebanador
7. Disco triturador
8. Adaptador removible para discos (no ilustrado)
9. Espátula de plástico (no ilustrada)
10. Sin BPA (no ilustrado)

Ninguna de las piezas en contacto con los alimentos/líquidos contiene bifenol A (BPA).

La cuchilla picadora/mezcladora es capaz de picar frutas/verduras frescas y crudas, carne, pescado y queso a la consistencia que usted desea, desde grueso hasta fino o molido.

Pica nueces, prepara mantequillas de nueces, mayonesa y salsas, y amasa masa de hojaldre. También permite amasar masas con levadura y preparar mezclas de pasteles, coberturas/glaseados, galletas, panes sin levadura, "muffins" y bizcochos.

El disco rebanador produce rodajas/rebanadas/tajadas hermosas y uniformes, con orillas definidas. Es ideal para rebanar frutas/verduras enteras, carne cocida, carne cruda semi-congelada y barras de pan.

El disco triturador es capaz de triturar/rallar la mayoría de los quesos firmes y duros, produciendo un rallado largo y atractivo. También tritura vegetales como papas, zanahorias y calabacines y muele nueces y chocolate.

El adaptador removible trabaja con ambos discos, para un almacenamiento compacto. El juego de empujadores tiene dos piezas: 1. Un pequeño empujador removible, que encaja en el centro del empujador grande. La boca de llenado angosta

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLAJE

en el centro del empujador grande ideal para procesar alimentos finos como zanahorias, o añadir líquido o ajo sin interrumpir el proceso.

2. Un empujador grande que cabe en la boca de llenado Cuisinart® Supreme®. El empujador grande hace contacto con el mecanismo de arranque en el centro del asa del bol, haciendo que el motor se ponga en marcha.

Uso de la cuchilla picadora/mezcladora:

1. Conecte el cable a la toma de corriente y coloque el bol sobre la base, con el asa ligeramente a la izquierda del centro. Gire el bol en sentido antihorario para sujetar.
2. Agarre **CUIDADOSAMENTE** e instale la cuchilla deseadas sobre el eje central, haciendo coincidir las marcas sobre el eje de la cuchilla con las marcas sobre el arbol del motor. La cuchilla deberá quedar ajustada, en el fondo del bol.
3. Coloque los ingredientes deseados en el bol.
4. Coloque la tapa sobre el bol, con la boca de llenado ligeramente a la izquierda del centro. Gire en sentido antihorario para sujetar.
5. Introduzca el juego de empujadores en la boca de llenado.
6. El aparato está listo.

Discos

1. Conecte el cable a la toma de corriente y coloque el bol sobre la base, con el asa ligeramente a la izquierda del centro. Gire el bol en sentido antihorario para sujetar.
2. Elija el disco deseado y colóquelo sobre la mesa, el lado que corta apuntando hacia arriba. Agarre el adaptador y hágalo coincidir con la placa de montaje (la medallina de plástico) debajo del disco. El indicador de cierre del adaptador debe encontrarse a la izquierda de la placa de montaje.
3. Gire el adaptador en sentido horario para sujetar (las patas encajarán debajo de los soportes de metal).

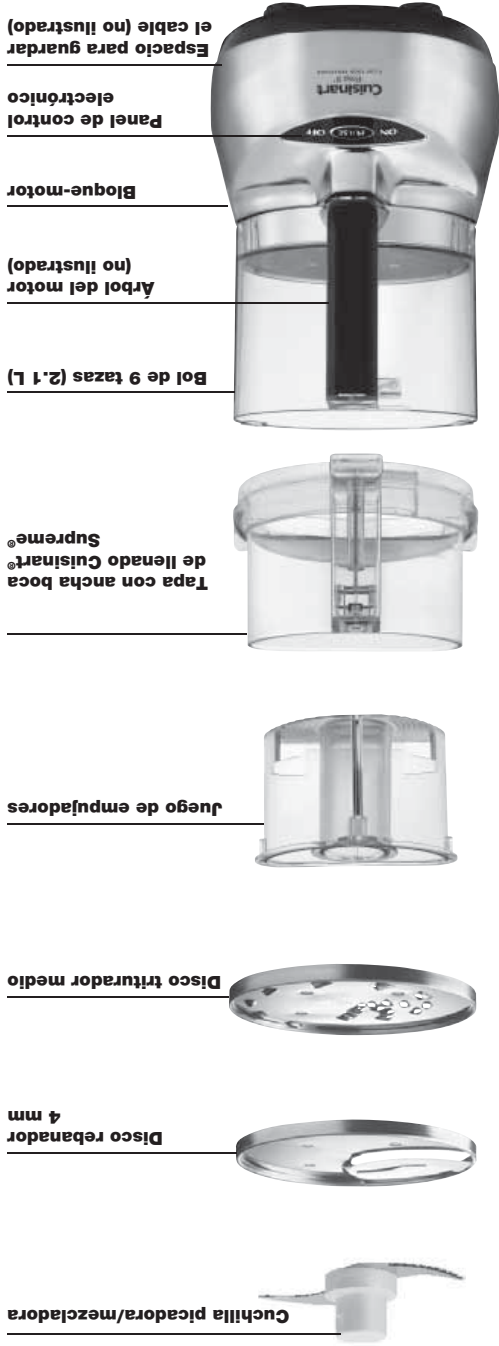
INTRODUCCIÓN

Le felicitamos por haber comprado la procesadora de alimentos de 9 tazas (2,1 L) Cuisinart® Premier Series. Producto del creador de la "procesadora americana" por excelencia, Cuisinart, este robot de cocina es la última herramienta de preparación de alimentos.

La procesadora de 9 tazas (2,1 L) Cuisinart® Premier Series tiene todos los elementos de calidad que destacan los aparatos Cuisinart, incluso un potente motor, la ancha boquilla de llenado Supreme® y la garantía más larga en la industria.

• La boca de llenado Cuisinart® Supreme® permite rebanar frutas y vegetales enteros, sin cortarlos previamente.

Esta característica, junta con un amplio surtido de cuchillas y discos, hace de la procesadora de alimentos de 9 tazas (2,1 L) Premier Series un aparato exclusivo de primera calidad.



Lea todas las instrucciones cuidadosamente antes de usar este aparato.

MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Siempre que use aparatos eléctricos, debe tomar precauciones básicas de seguridad, incluso las siguientes:

Preparación:

1. LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES.

2. **Desconecte el aparato cuando no está en uso, antes de instalar/sacar piezas, antes de vaciar el bol y antes de limpiarlo. Para desconectar el cable de la toma de corriente, agarrelo por la clavija; nunca jale el cable.**
3. **Las cuchillas son muy filosas; manipúlelas con sumo cuidado.**
4. No lo utilice en exteriores.
5. No permita que el cable cuelgue del borde de la encimera o de la mesa, ni que haga contacto con superficies calientes.
6. No utilice este aparato si el cable o la clavija estuviesen dañados, si no funcionase debidamente, si estuviese dañado, o después de que se hubiese caído al piso o al agua; regrese lo a un centro de servicio autorizado para su revisión, reparación o ajuste.

Funcionamiento

1. Para reducir el riesgo de herida seria o de daño al aparato, mantenga las manos y los utensilios alejados de la cuchilla o del disco durante el funcionamiento. Se podrá usar una espátula de goma, siempre que el aparato esté apagado.
2. Evite el contacto con las piezas móviles. Nunca introduzca la mano en la boca de llenado; siempre use el empujador.
3. Espere hasta que el motor se haya detenido completamente antes de quitar la tapa. Si el motor no se detiene dentro de 4 segundos después de sacar el juego de empujadores, desconecte el aparato y llame al 1-800-762-0190 para asistencia. No utilice el aparato.
4. No guarde las cuchillas o los discos sobre el árbol del motor. Para prevenir el riesgo de heridas, nunca instale la cuchilla o el disco antes de haberse asegurado de que el bol esté debidamente instalado. Guarde los accesorios fuera del alcance de los niños.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES. PARA USO DOMÉSTICO SOLAMENTE

General

Limpieza

5. Asegúrese de que la tapa esté debidamente puesta y de que el empujador esté completamente engranado antes de poner el aparato en marcha.
6. No intente forzar el mecanismo de seguridad de la tapa.
7. No haga funcionar el aparato bajo o adentro de un armario. **Siempre desconecte el aparato antes de guardarlo en un armario.** Dejar el aparato conectado presenta un riesgo de incendio, especialmente si este toca las paredes o la puerta del armario cuando cierra.
8. **AVISO:** el cable de este aparato está dotado de una clavija polarizada (una pata es más ancha que la otra). Como medida de seguridad, se podrá enchufar de una sola manera en la toma de corriente polarizada. Si no entrara en la toma de corriente, invírtela. Si aún no entrara completamente, comuníquese con un electricista. No intente ir en contra de esta función de seguridad.

Capacidad del bol	2
Instrucciones de desembalaje	3
Medidas de seguridad importantes	5
Introducción	6
Piezas	7
Instrucciones de ensamblaje	7
Funciones	8
Instrucciones de operación	8
Usos de la cuchilla picadora/mezcladora	9
Cómo picar frutas y vegetales crudos	9
Cómo hacer puré de frutas y vegetales cocidos	9
Cómo desalojar alimentos trabados	9
Cómo picar alimentos duros	9
Cómo picar hierbas frescas	9
Cómo picar cáscara de cítricos y frutas pegajosas	10
Cómo picar carne, pollo y mariscos	10
Cómo moler carne, aves y mariscos	10
Cómo picar nueces	10
Cómo hacer mantequilla mani o de nueces	10
Cómo hacer mantequillas aromatizadas, cremas para untar y salsas para mojar	10
Cómo hacer mayonesa	10
Cómo montar claras	11
Cómo batir crema	11
Cómo rallar pan y moler galletas	11
Cómo preparar masa de hojaldre	11
Cómo preparar panes/pasteles sin levadura	11
Cómo amasar masa de levadura	12
Capacidad de la máquina	12
Cómo medir la harina	12
Cómo fermentar la levadura	12
Cómo procesar ingredientes secos	13
Cómo añadir líquidos	13
Masa de pan	13
Masa dulce	13

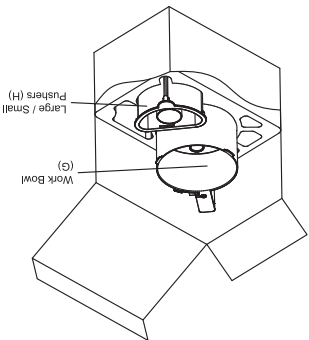
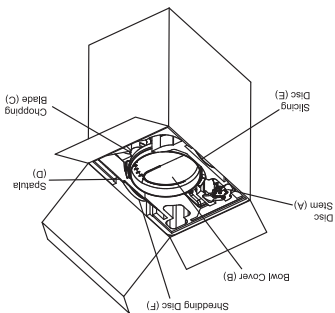
Cómo dejar leudar la masa	13
Cómo dar forma al pan	13
Preparación consecutiva	13
Resolución de problemas – masa de pan	14
Resolución de problemas – masa dulce	15
Usos del disco rebanador y del disco triturador	15
Preparación de los alimentos	15
Cómo rebanar frutas/verduras redondas	15
Cómo cortar pimientos enteros en rodajas	15
Cómo rebanar frutas grandes como piña	15
Cómo rallar col y lechuga	15
Cómo llenar la boca de llenado para obtener los resultados deseados	15
Ejercicios de práctica	16
Cómo retirar los alimentos del bol	16
Consejos y técnicas para rebanar/rallar Frutas/verduras redondas pequeñas	16
Frutas y vegetales largos	16
Pequeñas cantidades	16
Habichuelas estilo francés	16
Juliana de frutas/verduras	16
Carne/aves cocinados	16
Carne/aves crudos	17
Salami y otras salchichas	17
Cómo procesar quesos	17
Limpieza y mantenimiento	18
Para su seguridad	19
Especificaciones técnicas	19
Garantía	20
Recetas	22

IMPORTANTES INSTRUCCIONES DE DESEMBALAJE

Esta caja incluye la procesadora de alimentos de 9 tazas (2.1 L) Cuisinart® Premier Series y sus accesorios: bol, tapa, empujadores, cuchilla picadora/mezcladora, disco rebanador, disco triturador, adaptador removible para discos, espátula y manual de instrucciones/libro de recetas.

PRECAUCIÓN: LAS HERRAMIENTAS DE CORTE SON MUY AFILADAS. Para

1. Ponga la caja sobre una superficie llana y amplia, como una mesa o una encimera. Asegúrese de que la caja esté del lado correcto, no de cabeza. Retire el manual de instrucciones y la pieza plana de cartón de la caja. En la caja, encontrará un bloque de espuma de poliestireno que contiene las piezas de la procesadora.
3. El disco removible (A) se encuentra en una espuma. Sáquelo primero.
4. La tapa (B) se encuentra en el centro del bloque de espuma de poliestireno. Sáquela después.
5. La cuchilla picadora (C) se encuentra adentro de una cavidad. Sáquela después.



MUY CORTANTES. SUMO CUIDADO; LOS FILOS SON

6. La espátula de plástico (D) está en el costado largo del bloque de espuma de poliestireno. Sáquela después.
7. El disco rebanador (E) y el disco triturador (F) se encuentran en el costado opuesto. Retírelos CON CUIDADO.
8. Retire el bloque de espuma de poliestireno.
9. Retire el bol (G) y el juego de empujadores (H), los cuales se encuentran en el centro del bloque de espuma.
10. Retire el bloque de espuma de poliestireno central.
11. El bloque-motor (I) se encuentra en el fondo de la caja. Sostenga el bloque-motor entre las dos manos, álcelo y póngalo sobre la encimera.
12. Coloque el bol sobre el bloque-motor, el asa apuntando hacia la izquierda; gire en sentido antihorario para sujetar.
13. Le aconsejamos que guarde el material de embalaje; puede ser útil.

Nota: le aconsejamos que llene el formulario de registro disponible en www.cuisinart.com a fin de facilitar la verificación de la fecha de compra original.

PARA RETIRAR LA CUCHILLA: ALCE LA CUCHILLA CUIDADOSAMENTE, SOSTENIÉNDOLA POR EL EJE DE PLÁSTICO. NUNCA TOQUE LOS FILOS DE LAS CUCHILLAS; SON MUY AFILADOS.

Capacidad del bol

ALIMENTO	CAPACIDAD
Frutas/verduras picadas	8 tazas
Carne, pescado o mariscos picados o molidos	1¼ libra (575 g) de carne, cortada en cubitos y refrigerada
Masa de pan	4 tazas (500 g) de harina, suficiente como para preparar 2 barras de 1 libra (455 g)
Masa de pizza	3 tazas (600 g) de harina, suficiente como para preparar 2 pizzas de 12 pulgadas (30 cm)
Nueces (para preparar mantequilla de nueces)	4 tazas (580 g)
Frutas, vegetales o queso, en rodajas/ rebanadas/tajadas o triturados/rallados	9 tazas (el peso varía según los alimentos)
Mezcla para pastel	18.5 onzas (550 g) de harina preparada (suficiente como para preparar un pastel de tres niveles de 8 pulgadas de diámetro)
Galletas	2 libras (910 g), suficiente como para 50 galletas
Mezclas fluidas (por ej. mezcla para "quiche" o tarta de queso)	2¾ tazas (650 ml)
Mezclas espesas	6 tazas (1.4 L)
Puré de frutas/verduras cocidas	7 tazas (el peso varía según los alimentos)/4 tazas (945 ml) de puré
Puré de frutas frescas (frutas del bosque, kiwis, duraznos, etc.)	7 tazas (el peso varía según los alimentos)/4 tazas (945 ml) de puré

Cuisinart®

INSTRUCCIONES Y LIBRO DE RECETAS



**Procesadora de alimentos de 9 tazas
(2.1 L) Premier Series**

Serie DLC-2009M

Para su seguridad y para disfrutar plenamente de este producto, siempre lea las instrucciones cuidadosamente antes de usarlo.

Version no : IB-13451-ESP

Fold Size: 210x148MM

Number of Pages:148pp

Material: 105gsm art paper for whole book

Coating: Gloss varnishing in cover

Color (Cover): 4C(CMYK)+1C(BLACK)

(Inside): 1C(black)+1C(black)

Date: JUL-18-2015

Co-ordinator : Linda Ouyang

Hugo Description

PDF version : IB-13451-ESP(0.0)Book

Hugo Code : SMT0373IB-1-1

Operator :LQ

Hugo Diecut : _____

IRP :BBJ

Fold Method: Wrie-o

Remark: Quality Request(1)Paper White(2)

