

ROYAL PRESTIGE®

Magazine



Sabor
navideño
hecho en *casa*



Más Posibilidades.
MÁS CORAZONES CONTENTOS

Llevamos la elegancia al siguiente nivel

¡Llegaron los nuevos cuchillos
de Royal Prestige®!





**ROYAL
PRESTIGE®**

Fabricados en acero inoxidable alemán, los nuevos cuchillos de Royal Prestige® son la herramienta esencial que necesitas en tu cocina para cortes seguros y precisos.

**Lúcelos en tu cocina con el nuevo
Royal Prestige® All-in-One Knife Block:**

- Su afilador integrado te permite tener tus cuchillos siempre listos.
- Fabricado con madera de acacia, un antibacterial natural.

**Eficiencia y calidad
insuperable en
cada corte.**



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



¡Felices fiestas a todos!

Chef *Omar Sandoval*



¡Me complace mucho darte la bienvenida a la edición más fiestera de Royal Prestige® Magazine! Como tu editor culinario, tengo el privilegio de presentarte una muestra de lo que tenemos en esta edición, siempre pensando en nuestros queridos clientes como tú.

En estas páginas, encontrarás increíbles recetas, perfectas para compartir con toda tu familia, amigos, vecinos... ¡icon quien quieras! Como un rico **lomo de cerdo en salsa de sidra (pág. 24)** o una deliciosa **lasaña de yuca y queso de cabra (pág. 20)** que está para chuparse los dedos. Acompáñalos con un práctico **puré de papa y espárragos (pág. 12)** o un riquísimo **dip de camarón con alcachofa (pág. 10)**.

En esta ocasión, incluimos una selección de bebidas inspiradas en esta temporada y súper ideales para todos los gustos, desde un clásico **affogato**

café (pág. 40) hasta un calentito **chocolate con especias (pág. 32)**.

Personalmente, adoro esta época del año, ya que es la ocasión perfecta para disfrutar de comidas deliciosas en casa, en compañía de mi familia. Sin embargo, el fin de año puede ser un festejo un poco diferente, y muchas personas lo aprovechan para celebrar con un viaje inolvidable. Así que **dale un toque distinto a esta víspera de Año Nuevo (pág. 42)** y ámate a encontrar tu próximo destino para despedir el año de manera única.

Si continúo detallando todas las sorpresas que hemos preparado para ti en esta edición, nunca terminaré. ¡Mejor descúbrelo por tu cuenta! Espero que disfrutes de la lectura y, por supuesto, de la preparación de estas recetas con la más alta calidad.

¡Te mando un gran abrazo y te deseo un maravilloso 2024!



FIESTAS 2023 | NÚMERO 8
COLOMBIA

Directorio

Chief Marketing Officer:
Daniela Ortiz

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

Gerente Senior de Marketing Brasil:
Cinthia Helena Serra Oliveira

Editor culinario:
Omar Sandoval

Jefa de redacción:
Berenice Gutiérrez

Revisión y copywriting:
Lilia Mancilla

Directora de arte, fotografía y diseño:
Linda M. Castilleja H.

Diseño gráfico:
Linda M. Castilleja H.
Julie Desjarlais

Food Styling:
Ericka Fonseca Cortés

Fotografía:
Mucho Flavor Photo/Luis Sandoval
Sergio Fuentes

Arte:
Daphne Vázquez

Producción de recetas en video:
Claudia E. Da Silva
Daniela Pagano
Adrián Pacheco

Coordinación de logística México:
Georgina Cea
Rafael Elías Álvarez

Coordinación de logística Colombia:
Jorge Mario Ospina

Más Posibilidades.
MÁS CORAZONES CONTENTOS

¡Descubre recetas y mucho más en nuestras redes sociales!



Royal Prestige Colombia Oficial

**Elige cocinar
con la calidad
que te mereces**

Cocina tus comidas preferidas con la línea de sartenes antiadherentes Deluxe Easy Release de Royal Prestige® siempre con la rapidez y facilidad que necesitas.



ROYAL PRESTIGE®
DELUXE EASY RELEASE

**Serán tus favoritos de
todos los días.**



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



Contenido

COLOMBIA, FIESTAS 2023

Lúcete cocinando lo mejor en estas festividades

Con nuestras 14 recetas para compartir con toda tu familia, siempre ofreciendo la más alta calidad y un sabor único.



10 Dip de camarón con alcachofa

16 Pasta con salsa de tomate y ajo

20 Lasaña de yuca y queso de cabra

24 Lomo de cerdo en salsa de sidra

12 Puré de papa y espárragos

18 Sopa de lentejas con jamón serrano

22 Pierna de cerdo en salsa de mandarina y ciruela pasa

26 Pernil braseado

ADemás:

42

Dale un toque distinto a esta víspera de Año Nuevo

Alrededor del mundo existen todo tipo de conmemoraciones para esta importante fecha.



44

Cuidate de la ansiedad a través de la comida

Los alimentos también pueden afectar tu salud mental, descubre cuáles debes evitar.



46

La picante trayectoria de la menta

Conoce un poco más sobre su historia y los beneficios que se le atribuyen a esta aromática planta.



28 Pasteles de res en hoja de plátano

32 Chocolate caliente con especias

34 Pan de plátano con arándanos

36 Arroz con leche de coco y piña asada

Menú para San Valentín

38 Pizza de brócoli

40 Affogato café

Te acompañamos en tu experiencia



ROYAL PRESTIGE®

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

Atención al cliente:

Teléfono: 6017437007 / 01 8000 187 449

Horarios de atención

Lunes a jueves:

08:00 a 19:00 horas

Viernes:

08:00 a 18:00 horas

Sábado:

08:00 a 12:00 horas

Correo electrónico:

servicioalcliente.co@hycite.com

¡Escríbenos! rpm@royalprestige.com

Royal Bot



Asistencia por WhatsApp para clientes de Royal Prestige®

Teléfono: +57 320 2046895

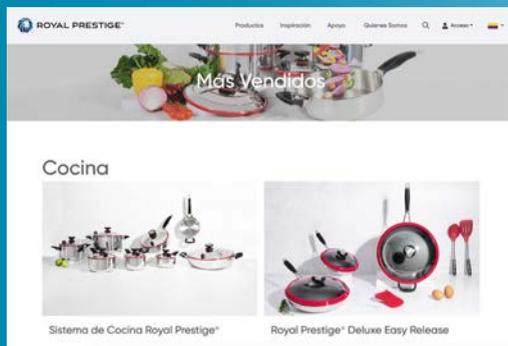
- Comunícate a cualquier hora y desde cualquier lugar.
- Resuelve dudas con el robot de asesoría virtual.
- Envía tu mensaje para que un asesor te contacte.

Encuétranos en:



Royal Prestige Colombia Oficial

Visita nuestro sitio web: royalprestige.com



¿Quieres comprar un producto, programar una demostración, convertirte en distribuidor o tienes alguna duda?

Contáctanos por WhatsApp haciendo clic en este enlace.



¿Qué más te hace falta en tu cocina?

UTENSILIOS PARA PREPARAR BEBIDAS



Conoce nuestro catálogo completo en royalprestige.com



Chocolatera



Royal Espresso



ExperTea

OLLAS, SARTENES Y UTENSILIOS



Sartenes Deluxe Easy Release



Pavera



Sistemas de Cocina de Royal Prestige®



Paelleras de Royal Prestige®



Ollas Grandes



Ollas de Presión

CUCHILLOS



Bloque Afilador



Cuchillos Royal Prestige®

ELECTRODOMÉSTICOS



Fresh Max



Max Cup



Extractor de Jugos



Power Blender Max



Precision Cook



Dip de camarón con alcachofa

 **Beneficio
Royal Prestige®**
Licúa con potencia
en segundos.

Ingredientes

Aceite en aerosol

¼ de cebolla, en
cubos grandes

1 diente de ajo, picado

1 tomate, en
cubos grandes

300 gramos de
camarón, limpio

150 gramos de alcachofas,
en lata y drenadas

50 ml de vino blanco

3 filetes de anchoas

½ cucharadita de
paprika en polvo

200 ml de crema de leche

Jugo de 1 limón

100 gramos de
queso crema

Sal y pimienta negra,
al gusto

PARA DECORAR:

Cebollín, picado
finamente

10 ml de aceite de
oliva extra virgen

1 cucharadita de paprika

PARA ACOMPAÑAR:

Pan tostado

Procedimiento

- 1 Rociar el Sartén de 12" Deluxe Easy Release con aceite en aerosol y retirar el exceso con una toalla de papel. Precalentar 40 segundos a fuego medio.
- 2 Cocinar unos minutos la cebolla con el sartén entretapado. Añadir el ajo y cocinar un par de minutos más.
- 3 Incorporar el tomate, el camarón, las alcachofas y el vino blanco; cocinar 3 minutos más y retirar del fuego.
- 4 Procesar la preparación en la licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, junto con el resto de los ingredientes, hasta obtener una mezcla homogénea.
- 5 Servir el dip decorado con un hilo de aceite de oliva extra virgen, cebollín picado y paprika. Acompañar con pan tostado.



Rinde
10 porciones



**Utensilio destacado
Royal Prestige®**

Power Blender Max
de Royal Prestige®



**Tiempo de
preparación**
15 minutos



Puré de papa y espárragos

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Cocina con menos agua
y más rápido.

Ingredientes

- 4 papas, sin piel y en cuartos
- 2 dientes de ajo, limpios
- ¼ de taza de agua
- 5 espárragos
- 1 taza de crema agria
- ¼ de taza de leche
- Sal y pimienta negra, al gusto
- ½ cucharadita de nuez moscada, en polvo
- 100 gramos de queso parmesano, rallado
- ½ manojo de cebollín, finamente picado

PARA DECORAR:

- Puntas de espárragos
- Tomates cherry, en mitades
- Cebollín picado

Procedimiento

- 1 En la Olla de 3 Cuartos de Royal Prestige®, cocinar las papas y el ajo con el agua a fuego medio, con la olla tapada y la Válvula Redi-Temp™ abierta. Una vez que silbe, bajar el fuego, cerrar la válvula y cocinar por 10 minutos.
- 2 Agregar los espárragos y cocinar 5 minutos más. Apagar y añadir la crema agria, la leche, la nuez moscada y salpimentar.
- 3 Añadir el queso parmesano y machacar todo, hasta que se incorporen bien todos los ingredientes.
- 4 Agregar el cebollín picado y mezclar suavemente.
- 5 Hervir agua en una Olla de 1.5 Cuartos y sumergir las puntas de espárragos durante 60 segundos. Pasar de inmediato a un recipiente con agua y hielo, para cortar la cocción.
- 6 Servir y decorar con las puntas de espárragos, las mitades de tomate cherry y cebollín picado.



Rinde
10 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Olla de
3 Cuartos de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
30 minutos

Max Cup

Licúa y transporta
tus licuados en un
práctico vaso.



Te presentamos a una aliada poderosa

Con la nueva licuadora Power Blender Max de Royal Prestige®, puedes lograr lo que buscas para tus recetas, hasta triturar tus semillas favoritas para hacer tus propias harinas.

Jarra de vidrio
Con una capacidad de 1.4 litros.



ROYAL PRESTIGE®
POWER BLENDER MAX

Reúne toda la potencia que necesitas en tu cocina.

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





Pasta con salsa de tomate y ajo

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Cocina de forma práctica en solo minutos.

Licúa con potencia en segundos.

Ingredientes

Cantidad suficiente de agua

Sal y pimienta, al gusto

350 gramos de espagueti

500 gramos de tomates, escalfados y en cuartos

5 dientes de ajo

1 ramita de romero fresco

¾ de taza de vino blanco

100 gramos de queso parmesano fresco, rallado

½ taza de crema de leche (*heavy cream* o crema para batir)

PARA SERVIR:

Hojas de albahaca fresca

15 tomates cherry, en mitades

Aceite de oliva

Queso parmesano fresco, rallado

Piñones, al gusto

Procedimiento

- 1 Llenar con agua un poco más de la mitad de la Olla de 8 Cuartos. Tapar con Válvula Redi-Temp™ abierta y calentar a fuego medio-alto. Cuando suene la válvula, salpimentar, agregar la pasta y cocinar por 12 minutos, o hasta que la pasta esté al dente. Reservar una taza del líquido de la cocción y escurrir la pasta.
- 2 Precalear a fuego medio el Sartén de 10.5" de Royal Prestige®, agregar los tomates escalfados, los ajos, el romero, el vino blanco y salpimentar. Cocinar por un par de minutos más.
- 3 Agregar el líquido de la cocción y esperar a que hierva.
- 4 Apagar el fuego, añadir el queso parmesano y la crema. Retirar la ramita de romero, pasar a la Power Blender Max de Royal Prestige® y licuar. Posteriormente, regresar al sartén, agregar la pasta y mezclar bien.
- 5 Servir con albahaca fresca, tomates cherry, un toque de aceite de oliva, queso parmesano fresco y piñones.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 10.5" de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
40 minutos

Sopa de lentejas con jamón serrano



Beneficio Royal Prestige®

Licúa con potencia en segundos.

Cociná más rápido con seguridad.

Ingredientes

PARA EL CALDILLO:

4 tomates, en cuartos
¼ de cebolla
3 dientes de ajo, en trozos
1 taza de agua
Sal, al gusto

PARA LAS LENTEJAS:

150 gramos de chorizo, en rodajas
4 ramas de cilantro
3 ramitas de tomillo
3 hojas de laurel
120 gramos de alcaparras
150 gramos de aceitunas verdes sin hueso, en mitades

400 gramos de lentejas, remojadas previamente
2 litros de agua

120 gramos de jamón serrano, en cubos medianos

Sal y pimienta negra, al gusto

PARA ACOMPAÑAR:

Aceite de oliva
Perejil picado
Pan baguette tostado

Procedimiento

- 1 En la licuadora Power Blender Max, procesar los ingredientes del caldillo. Reservar.
- 2 En la Olla de Presión de 6 Litros de Royal Prestige®, precalentada a fuego medio, cocinar el chorizo por un minuto, aproximadamente.
- 3 Agregar el caldillo de tomate, las hierbas aromáticas y el resto de los ingredientes, salpimentar.
- 4 Cerrar la olla, girar la válvula al ícono de presión y cocinar a fuego medio-alto. Cuando se genere presión y se eleve el pin indicador, bajar el fuego y cocinar 10 minutos más.
- 5 Apagar el fuego, girar la válvula para liberar la presión y esperar a que baje el pin indicador. Abrir la olla y servir. Verter un hilo de aceite de oliva y espolvorear el perejil picado. Acompañar de pan tostado.



Rinde
10 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Olla de Presión de 6 Litros de Royal Prestige®



Tiempo de preparación
40 minutos



Lasaña de yuca y queso de cabra

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Cocina tu lasaña sobre la estufa, de forma práctica y en solo minutos.

Ingredientes

- 40 gramos de mantequilla
- 600 ml de salsa de tomate
- 500 ml de crema de leche
- 2 yucas, peladas y en láminas muy delgadas
- 250 gramos de queso de cabra, desmoronado
- 250 gramos de queso manchego, rallado
- PARA EL RELLENO:**
- 300 gramos de carne molida de res
- Aceite en aerosol
- 1 cebolla, fileteada
- 2 tazas de champiñones, en cuartos
- 2 calabacines (zucchinis), en medias lunas
- 1 taza de tomates deshidratados, picados
- 2 tazas de nueces picadas
- Sal y pimienta al gusto
- PARA DECORAR:**
- Cebollín, picado

Procedimiento

- 1 Salpimentar la carne molida de res.
- 2 Rociar el Sartén de 12" Deluxe Easy Release con aceite en aerosol y retirar el exceso con una toalla de papel. Precalear 40 segundos a fuego medio y cocinar la carne molida con el sartén entretapado.
- 3 Después de un minuto y medio, agregar la cebolla y mover un poco. Posteriormente, añadir el resto de los ingredientes para el relleno, salpimentar y tapar por 3 minutos.
- 4 Barnizar con mantequilla el Sartén de 10.5" de Royal Prestige®.
- 5 Colocar los ingredientes en capas en el siguiente orden: salsa de tomate, crema, láminas de yuca, salsa de tomate, relleno, queso de cabra y crema. Repetir para crear dos capas más y finalizar con una capa de rebanadas de yuca, salsa de tomate y queso manchego.
- 6 Tapar el sartén, cerrar la válvula y cocinar por 35 minutos aproximadamente, a fuego medio-bajo.
- 7 Apagar el fuego y dejar reposar 5 minutos más para terminar la cocción.
- 8 Decorar con cebollín picado.



Rinde
10 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de 10.5" de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
1 hora





Pierna de cerdo en salsa de mandarina y ciruela pasa



Beneficio Royal Prestige®

Cocina tu pierna sobre la estufa, sin horno.

Licúa con potencia en segundos.

Ingredientes

1 pierna de cerdo de 3 kilos

4 tazas de papas criollas, en mitades

2 tazas de aceitunas verdes, deshuesadas

PARA LA SALSA:

150 gramos de puerro, fileteado

2 dientes de ajo, en trozos

300 gramos de pimentones de lata, drenados

2 tazas de ciruelas pasas, sin hueso

500 ml de jugo de mandarina

50 ml de vinagre de manzana

500 ml de caldo de verduras o pollo

1 cucharadita de orégano

1 cucharadita de clavo, en polvo

½ cucharadita de canela, en polvo

Sal y pimienta negra, al gusto

PARA DECORAR:

Mandarinas asadas

Hojas de romero

Procedimiento

- 1 Precalentar a fuego medio la Olla de 3 Cuartos. Cocinar el puerro, el ajo, los pimentones y la ciruela pasa. Después de un par de minutos, incorporar el jugo de mandarina, el vinagre de manzana, el caldo de verduras y las especias; salpimentar y cocinar por 5 minutos a fuego bajo.
- 2 Licuar la mezcla anterior en la licuadora Power Blender Max. Reservar.
- 3 Precalentar la Pavera Ovalada de Royal Prestige® a temperatura media por 3 minutos, aproximadamente. Salpimentar la pierna y sellarla por todos sus lados.
- 4 Agregar las papas, las aceitunas verdes y la salsa. Tapar la pavera y cocinar a fuego medio-bajo por una hora y media. Darle vuelta a la pierna y bañarla de vez en cuando con el líquido de la cocción.
- 5 Rebanar la pierna y servir decorada con mandarinas asadas y hojas de romero.



Rinde
15 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Pavera Ovalada de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
2 horas



Lomo de cerdo en salsa de sidra

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Cocina el lomo sobre la estufa, sin horno.

Licúa con potencia en segundos

Procedimiento

- 1 Licuar todos los ingredientes de la salsa en la licuadora Power Blender Max y reservar.
- 2 Salpimentar los lomos por todos sus lados. Rociar el Sartén de 12" Deluxe Easy Release con aceite en aerosol y retirar el exceso con una toalla de papel. Precalear 40 segundos a fuego medio y sellar los lomos hasta que estén dorados. Reservar.
- 3 En la Pavera Ovalada de Royal Prestige®, agregar los pimentones, las zanahorias y el tomillo. Colocar la rejilla, acomodar los lomos y verter la salsa. Tapar y cocinar por 40 minutos, a fuego medio-bajo.
- 4 Sacar el lomo y reservar. Reducir la salsa por 20 minutos más a fuego bajo, con la pavera destapada. Agregar los espárragos y cocinar por 5 minutos más.
- 5 Servir el lomo en rebanadas, bañado con la salsa, acompañado de espárragos blanqueados y decorado con perejil picado y hojas de romero.

Ingredientes

2 lomos de cerdo,
de 1½ kilos cada uno

1 pimentón rojo,
en cubos medianos

1 pimentón verde,
en cubos medianos

2 zanahorias, en rodajas

2 ramas de tomillo

10 espárragos, en tercios

Sal y pimienta
negra, al gusto

Aceite en aerosol

PARA LA SALSAS:

1½ taza de sidra

2 tazas de caldo de
verduras o pollo

150 gramos de arándanos
deshidratados (*dried
cranberries*)

150 gramos de
dátiles, sin hueso

2 tazas de crema de leche

Sal y pimienta
negra, al gusto

PARA SERVIR:

Espárragos blanqueados

Perejil, picado

Hojas de romero



Rinde
15 porciones



**Utensilio destacado
Royal Prestige®**

Pavera Ovalada
de Royal Prestige®



**Tiempo de
preparación**
1 hora 45
minutos



Pernil braseado

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Obtén una carne suave y deliciosa, con la función de cocción lenta.

Ingredientes

300 gramos de tocino

7 dientes de ajo

4 cucharadas de aceite de oliva extra virgen

½ cucharadita de clavo de olor, en polvo

½ cucharadita de orégano, en polvo

1 cucharada de paprika, en polvo

Sal y pimienta negra recién molida, al gusto

2 kilos de pernil

3 tazas de cerveza oscura

3 tazas de jugo de naranja

PARA DECORAR:

Ramas de mejorana

Procedimiento

- 1 En la Tabla de Bambú, usando el Cuchillo de Chef, cortar el tocino en cubos. Reservar.
- 2 Picar el ajo finamente y, con el canto del cuchillo, friccionar con un poco de sal para formar una especie de pasta de ajo.
- 3 Colocar esa pasta en un Tazón para Mezclar de 2 Cuartos junto con el aceite de oliva, el orégano, el clavo de olor, la paprika y salpimentar.
- 4 Retirar el exceso de grasa del pernil. Si es necesario, cortar en dos piezas y realizar cortes diagonales en la parte exterior. Barnizarlo por todos sus lados con la mezcla anterior y reservar en refrigeración, por lo menos, durante dos horas.
- 5 En la Precision Cook de Royal Prestige®, colocar la Olla de Presión de 10 litros y elegir la función de precalentar.
- 6 Cuando la Precision Cook indique que la olla está lista, cocinar el tocino y sellar el pernil por todos sus lados en la potencia número 5.
- 7 Una vez que la carne se vea dorada, incorporar la cerveza y el jugo de naranja; añadir más sal si es necesario.
- 8 Colocar la función de cocción lenta en Low por 8 horas.
- 9 Retirar la olla de la Precision Cook, sacar el pernil y reservar tapado. Reducir el líquido de cocción dentro de la misma olla, a fuego medio-bajo por 30 minutos.
- 10 Rebanar el pernil y servir con el líquido de la cocción y hojas de mejorana.



Rinde
10 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Precision Cook de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
8 horas
35 minutos



 **Beneficio
Royal Prestige®**
Cocina en grandes
cantidades.



Pasteles de res en hoja de plátano

Ingredientes

Hojas de plátano (30 cm x 20 cm), limpias y suavizadas en agua caliente o asadas a fuego directo

Hilo de cáñamo

PARA LA MASA:

10 plátanos verdes o guineos verdes

5 batatas

1 kilo de auyama o calabaza de Castilla

2 malangas

½ barra de pasta de achiote

2 tazas de leche evaporada

Sal y pimienta, al gusto

2 cucharadas de cebolla, en polvo

2 cucharadas de ajo, en polvo

1 cucharada de sazónador, en polvo

Jugo de 2 naranjas agrias

4 cucharadas de sofrito

PARA EL SOFRITO:

½ cebolla morada, en cubos

1 pimentón verde, en cubos

2 tomates, en cubos

7 hojas de cilantro

4 dientes de ajo

Sal, al gusto

PARA EL RELLENO DE CARNE DE RES:

1 cucharada de aceite

1½ kilos de carne molida de res

3 cucharadas de sofrito

1 cebolla morada, picada

1 pimentón verde, en cubos pequeños

3 tomates, sin semillas y en cubos

2 tazas de puré de tomate

200 gramos de aceitunas, picadas

150 gramos de pasas

Sal y pimienta negra, al gusto

PARA EL ACEITE DE ACHIOTE:

1 taza de aceite

⅓ de pasta de achiote o 2 cucharadas de semilla de achiote

PARA SERVIR:

Salsa de tomate

Aceitunas

Pasas

Perejil, finamente picado

Procedimiento

- 1 Licuar todos los ingredientes para el sofrito con muy poca agua en la licuadora Power Blender Max, hasta que quede una pasta espesa. Reservar.
- 2 Pelar y cortar los plátanos, las batatas, la malanga y la calabaza. Procesar en la licuadora Power Blender Max, limpia, una porción de estos ingredientes con una taza de leche evaporada. Después, licuar otra porción con la cantidad restante de leche evaporada. Seguir incorporando poco a poco el resto y la pasta de achiote, hasta tener una mezcla homogénea. Reservar en dos Tazones para Mezclar de 5 Cuartos y sazonar con el resto de los ingredientes para la masa.
- 3 Para el relleno, colocar el aceite en el Sartén de 12" Deluxe Easy Release y precalentarlo a fuego medio por 40 segundos. Agregar la carne molida de res, sazonarla con sal, pimienta negra y el sofrito. Añadir la cebolla, el pimentón y los tomates, tapar el sartén y cocinar unos minutos. Posteriormente, incorporar el puré de tomate, las aceitunas y las pasas; rectificar sazón.
- 4 En la Olla de 1.5 Cuartos, a fuego muy bajo, mezclar bien la pasta o las semillas de achiote con el aceite hasta disolver o, una vez frío, licuar y reservar.
- 5 Untar la hoja de plátano con el aceite de achiote, dos cucharadas de la masa y una porción del relleno. Cerrar cada pastel doblando los costados hacia el centro; si lo deseas, sujetar con hilo de cáñamo.
- 6 Cocinarlos en la Olla Grande de 30 Cuartos de Royal Prestige® por 1 hora o hasta que el pastel se desprege con facilidad de la hoja.
- 7 Servir el pastel acompañado con salsa de tomate, pasas, aceitunas y perejil picado.



Rinde
70 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Olla Grande
de 30 Cuartos
de Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
3 horas



ROYAL PRESTIGE®
PRECISION COOK

Con la tecnología multifuncional de la nueva Precision Cook de Royal Prestige®, crea tus comidas favoritas con la exactitud que siempre has querido.

- Mide tus ingredientes gracias a su báscula integrada.
- Programa el tiempo requerido para que tu receta quede al punto.
- Prepara tus sartenes y ollas con la función de precalentar.
- Cocina recetas especiales con la función de cocción lenta.
- Elige la temperatura exacta que necesitas.

Únete a la nueva tendencia del Precisionismo.

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



**Reinvéntate con la nueva
cocina inteligente**



Chocolate caliente con especias

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Evita derrames en tu estufa con el cono de acero inoxidable.

Procedimiento

- 1 En la Chocolatera de Royal Prestige®, añadir la leche y el resto de los ingredientes, excepto el chocolate. Colocar el cono de acero inoxidable para evitar derrames con el efecto volcán. Calentar a fuego medio.
- 2 Una vez que hierva, bajar el fuego y dejar cocinar por 5 minutos más.
- 3 Añadir el chocolate y disolver con ayuda del Batidor de Globo.
- 4 Servir en tazas y espolvorear canela molida.

Ingredientes

- 6 tazas de leche
- 1 taza de azúcar mascabado
- 2 cucharadas de extracto de vainilla
- ¼ de palito de canela
- 2 cm de jengibre, en rodajas finas
- 5 anises estrella
- 1 cucharadita de cardamomo, en polvo
- 4 clavos de olor
- 180 gramos de chocolate de mesa

PARA DECORAR:

Canela molida



Rinde
6 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Chocolatera
de Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
25 minutos





Pan de plátano con arándanos (gluten free)

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Cocina el pan sobre la estufa, sin horno.

Ingredientes

- 250 gramos de mantequilla
- 5 yemas de huevo
- 350 gramos de plátano, muy maduro
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 190 gramos de harina de arroz
- 75 gramos de harina de almendra
- 5 claras de huevo
- ¾ de cucharadita de polvo para hornear
- 100 gramos de arándanos
- Aceite de semilla de uva

PARA DECORAR:

- 1 plátano, en medialunas
- Azúcar glas
- Arándanos
- Albahaca fresca
- Almendras, fileteadas y tostadas

Procedimiento

- 1 En un Tazón para Mezclar de 2 Cuartos, acremar la mantequilla a temperatura ambiente, añadir las yemas y continuar batiendo hasta que cambien de color.
- 2 En otro Tazón para Mezclar de 2 Cuartos, hacer puré el plátano y agregarlo a la mezcla anterior junto con la esencia de vainilla. Incorporar las harinas y el polvo para hornear.
- 3 En un Tazón para Mezclar de 5 Cuartos, batir las claras hasta esponjar y añadir a la mezcla anterior en dos partes, de forma envolvente.
- 4 Empanizar los arándanos con harina de arroz; reservar.
- 5 Engrasar con un poco de aceite de semilla de uva el Sartén de 8" de Royal Prestige®, vaciar la mitad de la mezcla, después la mitad de los arándanos y de nuevo el resto de la mezcla y de los arándanos.
- 6 Cocinar a fuego bajo, con el sartén tapado y la Válvula Redi-Temp™ cerrada, por 35 minutos aproximadamente, o hasta que esté cocido.
- 7 Apagar y dejar que repose con el sartén tapado por 10 minutos más. Dejar en refrigeración al menos 12 horas.
- 8 Calentar un poco el sartén a fuego bajo para desmoldar. Decorar.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Sartén de
8" de Royal
Prestige®



Tiempo de
preparación
1 hora 15
minutos





Arroz con leche de coco y piña asada



Beneficio Royal Prestige®

Cocina de forma práctica
en solo minutos.

Ingredientes

100 gramos de coco seco,
rallado

80 gramos de
almendras, rebanadas

80 gramos de
nueces, picadas

1 cucharadita de
mantequilla

200 gramos de piña,
cortada en abanico

500 gramos de arroz

750 ml de agua

1 palito de canela

Piel de 1 naranja

250 ml de crema de leche

250 ml de crema de coco

1 cucharada de
esencia de vainilla

½ cucharadita
de jengibre, rallado

150 gramos de azúcar

100 gramos de arándanos
o cerezas deshidratadas

4 tazas de leche de coco

PARA DECORAR:

30 gramos de canela
en polvo

Hojas de menta fresca

Frutos secos

Procedimiento

- 1 Precalentar el Sartén de 12" Deluxe Easy Release por 40 segundos a fuego medio-bajo; tostar el coco. Una vez que tome color, reservar en un Tazón para Mezclar de 2 Cuartos. De igual manera, tostar las almendras y las nueces y colocar en el mismo tazón. Reservar.
- 2 En el mismo sartén, con una cucharada de mantequilla, sellar la piña hasta dorar ligeramente por ambos lados. Reservar
- 3 En la Olla de 6 Cuartos de Royal Prestige®, a fuego medio, colocar el arroz con el agua, la canela y la piel de naranja. Tapar con la Válvula Redi-Temp™ abierta. Una vez que silbe, bajar el fuego, cerrar la válvula y dejar cocer por 10 minutos más.
- 4 Retirar la piel de naranja. Agregar tres tazas de leche de coco, la crema de leche, la crema de coco, la esencia de vainilla, el jengibre rallado y el coco seco tostado. Cocinar a fuego medio por 15 minutos, moviendo ocasionalmente.
- 5 Añadir el azúcar, las nueces y las almendras tostadas, los arándanos y mezclar suavemente.
- 6 Dejar enfriar y agregar 1 taza de leche de coco. Incorporar con suavidad.
- 7 Servir con la piña asada y canela en polvo. Decorar con las hojas de menta y los frutos secos.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado
Royal Prestige®

Olla de 6 Cuartos de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
40 minutos



Pizza de brócoli

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Cocina tus vegetales con poca agua.

Cocina la pizza sin horno, sobre la estufa.

Ingredientes

1 kilo de floretes de brócoli
1 taza de agua
100 gramos de queso parmesano, rallado
1 cucharadita de perejil seco
1 cucharadita de albahaca seca
½ cucharadita de ajo, en polvo
½ cucharadita de cebolla, en polvo
3 huevos
Sal y pimienta negra, al gusto

1 cucharadita de aceite de semilla de uva
1½ tazas de salsa para pizza
2½ tazas de queso mozzarella, rallado
2 tomates, en rebanadas
15 aceitunas, en mitades

PARA DECORAR:

Hojas de albahaca fresca

Procedimiento

- 1 En la Olla de 4 Cuartos, a fuego medio, colocar los floretes de brócoli con el agua y tapar con la Válvula Redi-Temp™ abierta. Cuando suene, bajar el fuego, cerrar la válvula y cocinar por 5 minutos. Dejar enfriar.
- 2 Dividir el brócoli en cuatro porciones y procesar cada porción en la licuadora Power Blender Max, en pequeños intervalos para evitar hacerlos papilla. Colocar en un lienzo limpio y exprimir varias veces para retirar el exceso de líquido.
- 3 En un Tazón para Mezclar de 5 Cuartos, mezclar el brócoli con el queso parmesano, el perejil, la albahaca, el ajo en polvo, la cebolla en polvo y los huevos. Salpimentar y formar una pasta.
- 4 Barnizar la Paellera de 14" de Royal Prestige® con el aceite de semilla de uva. Extender la mezcla de brócoli en la base, colocar encima la salsa para pizza, cubrir con el queso mozzarella, distribuir los tomates y las aceitunas.
- 5 Tapar la paellera y cocinar a fuego bajo por 10 minutos o hasta que dore ligeramente.
- 6 Para servir, decorar con hojas de albahaca fresca.



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Paellera de
14" de
Royal Prestige®



Tiempo de
preparación
40 minutos



Affogato café

Para ver el video, haz clic



Beneficio Royal Prestige®

Prepara helados en casa de forma práctica y fácil.

Prepara un delicioso café expreso en la comodidad de tu casa.

Procedimiento

- 1 Retirar las semillas de la vaina de vainilla.
- 2 Diluir la fécula de maíz con un poco de leche.
- 3 En la Olla de 2 Cuartos, colocar todos los ingredientes de la salsa, excepto la fécula diluida en leche, y mover con el Batidor de Globo.
- 4 Integrar la fécula de maíz y cocinar a fuego bajo, moviendo constantemente con la Espátula de Silicona, hasta que tenga una consistencia ligeramente espesa o punto de napa. Dejar enfriar y pasar a un Tazón para Mezclar de 2 Cuartos. Congelar por 12 horas.
- 5 Para el café, verter el agua en el hervidor de la cafetera Royal Espresso de 10 tazas, colocar el filtro de café y añadir el café molido. Cerrar la cafetera y hervir a fuego medio-alto. Retirar del fuego una vez que se haya llenado el recipiente superior.
- 6 Dejar reposar la mezcla congelada alrededor de 5 minutos y trocear ligeramente. Procesarla en el Extractor de Jugos de Royal Prestige®, con el Cono para Helados.
- 7 Servir en vasos chicos una porción de helado y verter un chorrito de café.
- 8 Decorar con un barquillo de galleta, chocolate rallado y menta fresca.

Ingredientes

PARA LA SALSA:

- 4 tazas de leche
- 1 cucharada de esencia de vainilla
- 10 yemas de huevo
- 250 gramos de azúcar
- 2 cucharadas de fécula de maíz
- 1 vaina de vainilla

PARA EL CAFÉ:

- 2 medidas de grano de café molido, tostado intenso
- 1 taza de agua

PARA DECORAR:

- Barquillos de galleta
- Chocolate, rallado
- Menta fresca



Rinde
8 porciones



Utensilio destacado Royal Prestige®

Extractor de
Jugos de Royal
Prestige®



Tiempo de
preparación
40 minutos

Dale un toque distinto a esta víspera de Año Nuevo

POR LILIA MANCILLA

Una de las celebraciones más universales es, sin duda, la bienvenida de Año Nuevo. En todas partes se hacen todo tipo de conmemoraciones, desde festejos más íntimos como cenas familiares hasta eventos públicos masivos.

Es bien sabido que el más icónico se realiza en Nueva York, donde miles de personas abarrotan las calles para ver el descenso de la gran esfera del Times Square, cuando el reloj marca las doce y los fuegos artificiales iluminan Central Park.

Con el paso de tiempo, muchas tradiciones aún permanecen, como comer doce uvas al ritmo de las campanadas de medianoche o vestir ropa interior de cierto color para atraer suerte; sin embargo, algunas personas optan por iniciar el año experimentando nuevas culturas.

Así que no importa cómo te guste conmemorarlo, seguramente en algún lugar del mundo existe algo ideal para ti.

Grandes fiestas, una importante fecha

Se suele asociar a la víspera de Año Nuevo con la pirotecnia y muchas ciudades se destacan en este aspecto.

Un gran ejemplo es la capital de las Islas Madeiras, Funchal, porque ofrece el mayor espectáculo pirotécnico del mundo, tal es la magnitud del evento que así es reconocido por los *Records Guinness*.

Entre las ciudades donde se pueden disfrutar de excelentes demostraciones de fuegos artificiales están Londres, Sidney y Dubái; esta última también ofrece un espectáculo de música y luces en el conocidísimo Burj Khalifa.



Edimburgo,
Escocia



La Fenice de Venecia



La Patagonia,
Argentina



Kitzbühel,
Austria



Nuevo año, nuevas culturas

Si lo tuyo es un plan más cultural, Italia es la opción perfecta: desde el año asistiendo a un concierto en La Fenice de Venecia, paseando entre músicos en las calles de Roma, decorando un buey con flores a la luz de las velas o quemando al Vecchione, una figura con forma humana hecha de paja, en Bolonia.

En Edimburgo, por ejemplo, se le conoce como *Hogmanay*. Se instala un gran mercado navideño y tienen una bonita tradición para atraer la buena fortuna, que implica ser la primera persona en llegar a la casa de tus amigos, siempre con algún obsequio bajo el brazo.

Si de bonitas costumbres se trata, en Singapur existe una, bastante

reciente, que consiste en lanzar esferas flotantes desde la bahía de Marina, repletas de buenos deseos.

Un buen momento para relajarse o aventurarse

Es cierto que muchas personas prefieren recibir el año en un ámbito más tranquilo. Estocolmo es un gran ejemplo de esto: no hay pirotecnia ni se consumen bebidas alcohólicas, es algo más íntimo, disfrutando de los pequeños placeres de la vida.

Otra ciudad que le dice NO a los fuegos artificiales se encuentra en Austria. Graz es completamente *pet-friendly*, se pueden mirar conciertos públicos o espectáculos de luces en las calles, pero nada que pueda lastimar la sensibilidad de las mascotas.

En cambio, si quieres aventurarte a nuevas experiencias, en el mismo país está la capital austriaca del esquí en nieve, Kitzbühel, donde se ofrece una fantástica atracción nocturna: todos los instructores de esquí descienden por la montaña Hahnenkamm con antorchas encendidas.

¿Y por qué no pasar el fin de año en el «Fin del Mundo»? Ushuaia se localiza en La Patagonia, Argentina, y recibe ese nombre porque es la última ciudad al sur del continente americano. Es un buen lugar para desconectarte del resto del mundo entre impresionantes paisajes naturales.

Fuentes:

«Best places to celebrate New Year's Eve in Europe», Europe's Best Destinations, «8 Best New Year's Eve Festivals around the World», Hayo Magazine «Best 5 Places for New Year's Eve in South America in 2024», Across South America



Cuídate de la ansiedad a través de la comida

POR LILIA MANCILLA

La ansiedad es una respuesta natural del cuerpo ante el estrés, la depresión u otras afecciones tanto fisiológicas como psicológicas, que deben tratarse con médicos especializados para evitar complicaciones.

Aunque la ansiedad se presenta de diferentes maneras en cada persona, existen algunos síntomas generales que ayudan a identificarla, como una aterradorante sensación de miedo

o preocupación, problemas para concentrarse, dificultades para dormir, cansancio, intranquilidad o irritabilidad.

Además de someterse a tratamientos farmacológicos, psicoterapia o técnicas complementarias de relajación, la alimentación también es clave para crear un impacto positivo en el cerebro que pueda reducir la ansiedad.

Fuentes:

«Foods That Help Ease Anxiety», Healthline
«Everything You Need to Know About Anxiety», Healthline, «Unlocking the Power of Meditation: Your Ultimate Tool for Anxiety Management», Balance

- **Salmón y caballa:** ricos en vitamina D y omega-3, que ayudan a regular neurotransmisores como la dopamina y la serotonina.
- **Semillas de chía y linaza:** también contienen omega-3.
- **Cúrcuma:** sus propiedades antioxidantes y antiinflamatorias pueden contribuir a prevenir el daño cerebral relacionado con el estrés.
- **Chocolate amargo:** rico en flavonoles, los cuales son neuroprotectores.
- **Té verde:** contiene teanina, un aminoácido que ayuda a disminuir los niveles de cortisol, una hormona asociada al estrés.
- **Almendras:** ricas en vitamina E y grasas saludables, que pueden reducir el estrés oxidativo y la inflamación crónica.
- **Huevos:** una gran fuente de triptófanos, un aminoácido esencial que controla diferentes hormonas, entre ellas, la melatonina, la serotonina, la dopamina y la insulina.
- **Manzanilla:** puede ayudar a regular el eje hipotalámico-pituitario-suprarrenal, una parte central de la respuesta del cuerpo al estrés.
- **Arándanos:** ricos en vitamina C y antioxidantes; algunos estudios sugieren que el consumo diario de estos alimentos puede aliviar los síntomas de depresión y ansiedad.
- **Yogur:** los probióticos tienen un papel muy importante en el eje intestino-cerebro, pues reducen la inflamación y aumentan la producción de estimuladores del estado de ánimo.

También existen otras herramientas que se pueden combinar con una alimentación adecuada y la eliminación de malos hábitos para vencer la ansiedad.

La meditación, por ejemplo. Ciertamente, no es un método de efectos inmediatos, pero la consistencia y la formación de un hábito ya son un buen comienzo. Además, si este es un tema nuevo para ti, ahora hay muchos recursos en la web, como *apps*, guías de meditación o videos en redes sociales que puedes consultar.

Puedes comenzar practicando algo simple pero efectivo, como la técnica de anclaje 5-4-3-2-1. Consiste en tomar conciencia de tu entorno para transportar tu mente al presente. Respira profundo y enfócate en tu alrededor. Empieza a nombrar las cosas que te rodean en el siguiente orden: cinco que puedas ver, cuatro que puedas tocar, tres que puedas escuchar, dos que puedas oler y una que puedas probar.

A largo plazo, las técnicas adecuadas de meditación y *mindfulness* pueden ayudar a mejorar tu salud mental porque contribuyen a reducir el estrés, incrementar la concentración y fomentar la relajación.

A qué decirle que NO para evitar sufrir de ansiedad:

- Cafeína
- Bebidas alcohólicas
- Alimentos con gran carga de azúcares o grasas saturadas
- Cigarros
- Horarios irregulares de sueño
- Vida sedentaria



La picante trayectoria de la menta

POR LILIA MANCILLA

El nombre de esta planta tiene un origen lleno de pasión y celos. Se cuenta que en la Antigua Grecia existía una ninfa, Mintha, de la que el dios Hades estaba enamorado; sin embargo, cuando la diosa Perséfone lo descubrió, decidió convertirla en una planta de menta en un ataque de celos.

Quizá por eso es que algunas especies de menta tienen un sabor más picante, aunque siempre prevalece su característico aroma, refrescante e intenso. Esta planta crece en zonas templadas, convirtiéndose en una excelente opción para cultivarse en casa o como planta decorativa.

Por sus múltiples propiedades, se puede encontrar en todos lados: aceites esenciales, infusiones, medicinas, jabones, dulces, pasteles, gomas de mascar.

Beneficios que se le atribuyen a la menta*

- Despeja las vías respiratorias.
- Hidrata y favorece el crecimiento del cabello.
- Cuida la salud bucal.
- Alivia el malestar estomacal y la indigestión.
- Cura los dolores de cabeza.
- Mejora las funciones cognitivas y de retención.
- Ayuda a tratar el acné y las espinillas.
- Repele los insectos.

Nutrientes presentes en la menta:

Vitamina A	Potasio
Vitamina C	Calcio
Fibra	Magnesio
Fósforo	Hierro



Con la **ExperTea de Royal Prestige®** puedes disfrutar de todas las propiedades de la menta como te gusta: en un té de hojas sueltas, hecho de forma tradicional y más natural.

*Fuentes: «Menta: cuidados y propiedades de una planta medicinal que puedes cultivar en casa», La Vanguardia, «10 Plants That May Help Repel Bugs Like Mosquitoes, Flies, Spiders, and More», Shondaland, «Menta: el ingrediente estrella para cuidar la piel y el pelo», Harper's BAZAAR



El té como debe ser



ROYAL PRESTIGE®
EXPERTEA

Con la ExperTea de Royal Prestige®, puedes hacer tus tés de hojas sueltas o infusiones frutales, de forma natural y aprovechando al máximo los beneficios de tus ingredientes.

Consíéntete con un sorbo distinto todos los días.

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





Fresh Max de Royal Prestige®

Nuevo sistema de licuado al vacío

Aprovecha al máximo los nutrientes de tus preparaciones con la tecnología del nuevo Fresh Max de Royal Prestige®:

- Retarda la oxidación que causa la pérdida de nutrientes.
- Sabores frescos y colores intensos por más tiempo.
- Texturas más homogéneas.
- Reduce la separación de ingredientes.
- Disminuye o elimina la espuma.



ROYAL PRESTIGE®
FRESH MAX



Adquiérello con la nueva
licuadora Power Blender
Max de Royal Prestige®



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