

 **BORA**

RICETTE
SEMPLICI
PER IL
BORA X BO

CROCCANTE TENERO SUCCOSO

Cucinare facilmente con il forno
a vapore professionale.

SALMONE SU INSALATA DI CETRIOLI E RAVANELLI

PER L'INSALATA DI CETRIOLI E RAVANELLI

- 12 ravanelli
- 2 mini-cetrioli
- 100 ml di aceto di vino bianco
- 1 cucchiaino di zucchero di canna
- 1/2 cucchiaino di sale marino
- 1/4 mazzetto di aneto

PER IL SALMONE

- 4 filetti di salmone o trota (da 150 g, con la pelle)
- 1 cucchiaino di sale marino
- 1 limone
- 2 piccoli scalogni
- 4 cucchiaini di olio d'oliva

PER GUARNIRE

- 8 foglie di menta

INOLTRE

Apparecchio per sottovuoto e sacchetto sottovuoto





INSALATA DI CETRIOLI E RAVANELLI

Pulire i ravanelli e i cetrioli, lavarli e tagliarli a fettine sottili. Mettere entrambi in una ciotola. In un'altra ciotola mescolare aceto, zucchero e sale. Versare la marinatura sui cetrioli e ravanelli tagliati. Lavare e asciugare l'aneto, tagliarlo grossolanamente e aggiungerlo all'insalata. Mescolare e lasciare riposare per almeno 1 ora.

SALMONE

Nel frattempo salare il salmone su tutti i lati. Lavare il limone con acqua calda, asciugare tamponando, sbucciare e tagliare la scorza in quattro strisce. Sbucciare e tagliare a fettine lo scalogno. Mettere il filetto di pesce con un cucchiaino di olio d'oliva, una striscia di scorza di limone e alcune fettine di scalogno in un unico sacchetto sottovuoto. Chiudere sottovuoto il sacchetto e lasciarlo riposare per almeno 30 min, ancora meglio per 24 ore in frigorifero.

Poi disporre il sacchetto sottovuoto nel cestello forato e cuocere in XBO (43°, programma speciale "Cottura sottovuoto") per 15 minuti. Prendere e asciugare il salmone tamponandolo con carta da cucina.

Riscaldare un giro d'olio d'oliva in una padella. Far cuocere il pesce con il lato principale verso il basso per 1 min a fuoco medio, girarlo e farlo cuocere per altri 30 secondi.

PER FINIRE

Lavare e asciugare la menta, poi staccare le foglioline. Disporre il salmone sull'insalata di cetrioli e ravanelli e decorare con le foglie di menta.



Vai alla
video-ricetta

PER IL SEDANO

1 sedano
15 ml di olio di sesamo
15 ml di olio d'oliva
30 g di spezie per Shawarma
(in alternativa spezie per Gyros)
sale marino
pepe macinato fresco

PER LA SALSA TSATSIKI

1 cetriolo
1 spicchio d'aglio
30 g di aneto
5 foglie di menta
400 g di yogurt greco
olio d'oliva
sale marino

PREPARARE UNA SEMPLICE MISCELA DI SPEZIE PER SHAWARMA:

1 cucchiaino di peperoncino in polvere
2 cucchiaini di cumino in polvere
2 cucchiaini di paprica dolce
2 cucchiaini di aglio in polvere
1 cucchiaino di origano secco
½ cucchiaino di pepe macinato fresco





GYROS AL SEDANO RAPA CON TSATSIKI

SEDANO

Pulire il sedano e sbucciarlo bene. Tagliarlo in otto grossi pezzi della stessa misura. Con una mandolina o un coltello affilato tagliare i pezzi in fettine di 4 mm.

Mescolare in una ciotola il sedano con olio di sesamo e olio d'oliva. Aggiungere le spezie, mescolare bene e lasciare marinare il sedano per 30 minuti. Distribuire tutto sulla placca da forno universale e cuocere in X BO (230°/0 % umidità) per 10 minuti.

SALSA TSATSIKI

Sbucciare i cetrioli e grattugiarli, sbucciare l'aglio e schiacciarlo. Lavare e asciugare aneto e menta. Staccare le punte dell'aneto e tritarle finemente con la menta. Mescolare il tutto con yogurt greco e un po' di olio d'oliva e insaporire con sale marino. Servire la salsa con il sedano.

SUGGERIMENTO PROFESSIONALE

Perfetto se abbinato con pane arabo fresco fatto in casa (pag. 147). Ottimo anche con insalata iceberg o romana tagliata finemente.



CRÈME BRÛLÉE DI COCCO CON ANANAS

PER LA CRÈME BRÛLÉE

- 1 lime
- 4 tuorli (grandezza M)
- 400 g di yogurt al cocco
- 50 g di zucchero di cocco
- 40 g di zucchero di canna grezzo

PER L'ANANAS ARROSTITA

- 1 ananas baby
- 60 ml di olio di cocco
- 40 g di zucchero di canna grezzo
- 4 foglie di menta

INOLTRE

- 4 stampi da soufflé
(ca. 8 cm Ø, 5 cm altezza)
- Cannello bruciatore

CRÈME BRÛLÉE

Lavare il lime con acqua calda, asciugare e grattugiare la scorza. Mescolare il tuorlo con la scorza di lime, lo yogurt al cocco e lo zucchero di cocco. Riempire gli stampi con il composto, disporre sul cestello forato e cuocere a vapore in X BO preriscaldato (programma automatico "Crème brûlée"). Togliere e lasciar raffreddare per un po'. Cospargere con zucchero di canna e caramellare con un cannello da cucina.

ANANAS ARROSTITA

Sbucciare le baby ananas e tagliarle a fette di 1 cm. Distribuire olio di cocco sulla placca da forno universale, disporre i pezzi di ananas, cospargere con zucchero e gratinare in X BO (200°/-100 % umidità) per 6 min. Lavare e asciugare le foglie di menta, tritarle e mescolarle con i pezzi di ananas gratinati. Servire insieme alla crème brûlée.

SUGGERIMENTO PROFESSIONALE

Se si prepara in anticipo la crème brûlée e la si conserva in frigorifero, consigliamo di toglierla dal frigo un'ora prima di servirla.

CUCINARE E CUOCERE FACILMENTE CON IL FORNO A VAPORE PROFESSIONALE BORA X BO.



Stupire con squisite prelibatezze a casa - con BORA X BO è possibile facilmente e velocemente. Le oltre 70 ricette adatte per tutti i giorni in questo libro di cucina mostrano come potete preparare i vostri piatti preferiti della cucina tradizionale e internazionale con il forno a vapore professionale - dalla bavetta di manzo marinata passando per l'uovo onsen perfetto fino al tortino al cioccolato dal cuore morbido. Consigli preziosi degli esperti BORA completano alla perfezione il piacere di cucinare e cuocere.

Un libro di cucina che porta varietà di gusti e piaceri sani nella vita di tutti i giorni. Lasciatevi ispirare ogni giorno con qualcosa di nuovo!