

# *My***cook** 1.8

## *Técnicas de Cocina*

Tecniche di Cucina

Técnicas de Cozhinar

Cooking Techniques

Techniques de Cuisine

Kochtechniken

Dirección editorial: Domar, S.A.  
Av. Barcelona s/n 25790 Oliana



Impreso en España

© Copy Right. Todos los derechos de esta obra reservados a Domar S.A. , NIF: A08115800. La reproducción total o parcial de esta obra por cualquier procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático, así como también la distribución de ejemplares a través de alquiler y/o préstamo, quedan prohibidas sin la autorización por escrito del editor y estarán sometidas a las sanciones establecidas en la normativa aplicable.



## *Texturizados en frío*

Antes de empezar, asegurarse de que la cuchilla y la jarra están bien secas.

Tener precaución a la hora de programar el tiempo al moler, pulverizar, rallar, picar, trocear o triturar, ya que un mismo producto puede tener diferente dureza dependiendo de la época del año o del estado de maduración en el caso de frutas y verduras. Para evitar pasarse, poner siempre algo menos de tiempo.

Poner siempre una cantidad suficiente para que las cuchillas puedan trabajar con comodidad. Para cantidades pequeñas, dejar caer directamente los ingredientes por el orificio de la tapa con las cuchillas en marcha.

Para trabajar con alimentos muy duros, primero pulsar varias veces el botón Turbo para romperlos en trozos más pequeños.

### **Moler**

Café, sal gorda, pimienta en grano, chiles, ñoras, laurel, pieles de cítricos deshidratadas... Es ideal para preparar aliños o marinados con finas hierbas.

Introducir el ingrediente en la jarra y trabajar a velocidades 7 – 10 hasta conseguir el resultado deseado.

### **Pulverizar**

Azúcar, arroz, maíz, legumbres, chocolate, nuez moscada, galleta, frutos secos, caramelos... Para obtener un buen pulverizado trabajar con la velocidad máxima pasando progresivamente por todas las velocidades. Esta acción es perfecta para la elaboración de harinas como la de garbanzos.

En alimentos duros pulse el botón Turbo varias veces antes de pasar progresivamente por todas las velocidades, para romper primero los alimentos.

Por ejemplo, para pulverizar 550 g de chocolate a la piedra, programar 15 segundos a velocidad 10.

### **Rallar**

Verduras y hortalizas en frío: como zanahoria, cebolla, remolacha o rábano para ensaladas. Pan seco, queso, frutos secos... Trabajar con las velocidades 5 y 6 durante 10 – 20 segundos aproximadamente, dependiendo de la dureza y de la cantidad a rallar.

## Picar

Mycook puede utilizarse también como picadora. Trabajando, generalmente entre las velocidades 7 – 10. Para picar carne utilizar la velocidad 8.

Para picar hielo para cócteles o granizados, poner cubitos de hielo hasta cubrir las cuchillas y seleccionar velocidad 6 de 20 a 30 segundos aproximadamente.

Además, se pueden picar frutos secos, encurtidos, huevos duros... a velocidad 6, controlando el tiempo dependiendo del grosor deseado.

## Trocear

Sopas, verduras o guisos en los que se desee conseguir un tamaño lo suficientemente grande como para pincharlo con un tenedor.

Procurar introducir los alimentos siempre en trozos homogéneos para tener un resultado lo más igual posible. Se puede trocear: patata, cebolla, verduras de hoja, zanahoria, bulbo de apio, lombarda... las velocidades más correctas para esta función son la 4 y la 5.

## Triturar

Sopas frías y calientes, zumos, cremas, salsas, purés... Pasar progresivamente por todas las velocidades, dejando 2 o 3 minutos en la velocidad máxima.

Trabajando en caliente, tener la precaución de poner el vaso dosificador en la tapa como medida de seguridad, evitando así posibles salpicaduras o quemaduras.

## Emulsionar

Mayonesas, vinagretas: velocidad 6 . Con la máquina en marcha añadir el aceite en hilo a través del agujero de la tapa.

Cremas calientes: inglesa, sabayón, etc... Velocidades entre 3 y 5.

Trufas, ganaches... Velocidades entre 5 y 6.

Pralinés: usar velocidades altas.

## *Técnicas con temperatura*

### Aceites aromatizados

Gracias al control de temperatura de Mycook (de 40° C a 120° C) puede hacer cociones a baja temperatura, como confitados o aceites aromatizados.

## Sofreír

La velocidad 1 o velocidad “Sofrito” es un sistema exclusivo de Mycook que permite elaborar sofritos, bases para salsas o cremas y otras elaboraciones con temperatura.

Con la velocidad “Sofrito” no es necesario cortar las verduras, ya que cada 5 segundos la cuchilla aumenta de velocidad y corta el alimento que hay en el interior de la jarra.

## Fundir chocolate

Con las temperaturas mínimas de 40° C y 50° C, puede fundir chocolate para su posterior templado.

## Espumas

Gracias al control de temperatura y velocidad de Mycook, puede elaborar todo tipo de espumas para acabar en sifón.

## Otras técnicas

### Paleta mezcladora

Montar nata y claras (1 minuto por clara): velocidad 5.

Masas blandas: bizcocho, creps ...velocidad 4.

Cremas, nubes, aires, esponjas, gelatinas, agar-agar... usar velocidades entre 4 y 6.

### Coctelería

Colocar la paleta mezcladora en la cuchilla y seleccionar la velocidad 1 “Sofrito”, podemos realizar cócteles de todo tipo.

La paleta mezcladora agita el cóctel el tiempo suficiente para enfriar la bebida sin que el hielo se rompa o se derrita. Finalmente se retira la paleta mezcladora, se coloca el cestillo en el interior de la jarra y se cuela el cóctel.

### Amasar

Mycook incorpora la velocidad “Amasado”. Pensada y diseñada específicamente para realizar masas duras, dulces o saladas: pizza, pasta fresca, pasta brisa...

Introducir los ingredientes en la jarra y programar el tiempo deseado. Pulsar el botón de “Amasado”.

### ejemplo "Trocear"

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <p><b>GUACAMOLE</b></p> <p>1 diente de ajo sin germen<br/>         100 gr cebolleta<br/>         200 gr tomate sin piel y sin pepitas<br/>         zumo 1/2 limón<br/>         hojas de cilantro<br/>         1 chile verde<br/>         pimienta negra molida y sal</p> | <br><br>10 sg |  | <br><br>6 |
| <i>Reservar a un bol</i>   |  |   |  |
| <p>500g aguacate<br/>         50g aceite de oliva virgen</p>   | 10 sg  |   | 6  |
| <i>Añadir al bol anterior y servir con nachos.</i>   |  |   |  |

### ejemplo "Emulsionar"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><b>PRALINÉ DE ALMENDRAS</b></p> <p>200 gr almendras fritas<br/>         50 gr aceite</p> | <br><br> |  | <br><br>10 |
|---|---|---|---|

### ejemplo "Sofreír"

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>FLAN INVERTIDO DE CEPES</b></p> <p>50 gr aceite<br/>         2 dientes de ajo<br/>         1 cebolla grande a 1/4<br/>         800 gr ceps</p>    | <br>1 min<br>2 min<br>7 min<br>10 min | <br>120°<br>120°<br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br>1<br>1 |
| <p>250 gr nata líquida<br/>         250 gr leche<br/>         6 huevos<br/>         pimienta negra molida<br/>         sal</p>                          | 2 min  |   | 10  |
| <p><i>Cocer al baño maría en el horno durante 1 h. Introducir de nuevo en la Mycook y triturar a velocidad 10 hasta conseguir una textura fina.</i></p> |  |   |   |



### ejemplo "Aceites"

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <b>ACEITE DE CANELA</b><br>50 gr Canela en rama<br>500 gr Aceite de oliva 0'4° | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |
| <b>ACEITE DE TOMILLO</b><br>10 gr Tomillo<br>500 gr Aceite de oliva 0'4°       | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |

### ejemplo "Espuma"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>ESPUMA DE ALGAS</b><br>50 gr Aceite de oliva<br>150 gr Puerro<br>2 Cabezas de bogavante  | <br>1 min<br>6 min | <br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br><b>TURBO</b> |
|   | 5 min   | 120°  | 2   |
| 1L Agua y sal<br>10 gr Te verde   | 10 min<br>10 min  | 120°<br>120°  | 2<br>2  |
| <i>Colar caldo</i>  |   |   |   |
| Caldo de bogavante<br>10 gr Spaguetti de mar en polvo<br>10 gr Combu en polvo<br>10 gr Lechuga de mar en polvo<br>20 gr Wakame en polvo | 7 min   | 120°  | 3<br><b>TURBO</b>   |
| <i>Reservar</i>   |   |   |   |
| 150 gr Clara de huevo<br>350 gr Crema de algas  | 3 min   |   | 3   |
| <i>Colar caldo, llenar sifón, poner al baño maría a 70°. Servir caliente.</i>   |   |   |   |

## ejemplo "Fundir"

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>CHOCOLATE NEGRO</b><br>1 Kg de Chocolate Negro  | <br>2'5 min | <br>50° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Vacíe 3/4 del chocolate en el mármol.<br/>Trabaje con 2 espátulas anchas hasta llegar a 28°C.<br/>Agregue el resto del chocolate y suba a 31°C.</i> |  |  |  |
| <b>CHOCOLATE CON LECHE</b><br>1 Kg de Chocolate con leche  | <br>3 min   | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Vacíe 3/4 del chocolate en el mármol.<br/>Trabaje con 2 espátulas anchas hasta llegar a 25°C.<br/>Agregue el resto del chocolate y suba a 29°C.</i> |  |  |  |
| <b>CHOCOLATE BLANCO</b><br>1 Kg de Chocolate blanco  | <br>3 min   | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Vacíe 3/4 del chocolate en el mármol.<br/>Trabaje con 2 espátulas anchas hasta llegar a 24°C.<br/>Agregue el resto del chocolate y suba a 28°C.</i> |  |  |  |



## ejemplo "Montar"

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|  <b>MONTAR CLARAS</b><br>10 claras de huevo | <br>10 min |  | <br>5 |
|---|---|---|--|

### ejemplo "Nube"

|   |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|
|                    | <b>NUBE DE MANZANA</b><br>100 gr zumo de manzana<br>4 hojas de gelatina hidratadas<br>400 gr zumo de manzana | <br>30 sg<br>20 sg<br>20 sg | <br>40° | <br>2<br>3<br>3 |
|   | <i>Reservar la jarra en la nevera 10 minutos</i>   |  | 2 min  | 6  |
| <i>Reposar unos minutos y retirar la parte superior.<br/>Si lo prefiere puede congelar la nube.</i> |  |  |  |  |

### ejemplo "Amasar"

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
|  | <b>PASTA FRESCA</b><br>3 yemas de huevo<br>2 huevos<br>30 gr aceite<br>30 gr agua<br>sal | <br>30 sg |  | <br>4 |
|   | 250 gr harina  | 2 min  |   | <b>AMASADO</b>   |
| <i>Reposar 1 hora. Estirar, cortar y cocinar.</i>                                 |  |  |   |  |

### ejemplo "Crema"

|   |  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|
|  | <b>CREMA PASTELERA</b><br>1L de leche<br>8 yemas de huevo<br>200 gr azúcar<br>80 gr maizena<br>Piel de limón | <br>10 min | <br>100° | <br>3 |
|   |  | 1 min   |   | 3  |
|  | <b>CREMA INGLESA</b><br>1L de leche<br>150 gr azúcar<br>10 yemas   | <br>20 min | <br>90°  | <br>3 |
|   |  | 3 min   |   | 3  |

### ejemplo "Masas blandas"

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
|  | <b>FALSO BIZCOCHO DE CAFÉ</b>   |  |  |  |
|  | 25 gr Café soluble<br>50 gr Azúcar<br>1L Agua   | 30 sg   |   | 5   |
| <i>Reservar 750 gr en el congelador hasta llegar a 0°C</i>                       |   |   |   |   |
|  | 250 gr del café anterior<br>8 Hojas gelatina hidratada<br>Añadir el café restante a 0°C | 1 min<br>1 min  | 50°   | 2<br>5<br>6   |
| <i>Colocar en un molde y refrigerar.</i>   |   |   |   |   |

### ejemplo "Espumas"

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
|  | <b>ESPUMA DE FRESAS</b>                                    |  |  |  |
|  | 25 gr Fresas   | 2 min   |   | 10  |
| <i>Colar con colador fino y reservar</i>   |  |   |   |   |
|  | 150 gr agua<br>150 gr azúcar                               | 4 min   | 120°  | 2   |
|  | 3 hojas de gelatina hidratada y escurrida<br>Puré de fresa | 10 sg<br>10 sg  |   | 3<br>3  |
| <i>Llenar sifón, cargar y reservar en posición horizontal en el frigorífico.</i> |  |   |   |   |

### ejemplo "Salsas"

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
|  | <b>BECHAMEL</b>   |  |  |  |
|  | 120 gr mantequilla<br>120 gr harina                             | 1 min<br>3 min  | 80°<br>80°  | 3<br>3  |
|  | 1'5 L de leche<br>pimienta blanca molida<br>nuez moscada<br>sal | 15 min  | 100°  | 3   |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  <p><b>ALL I OLI</b></p> <p>20 dientes de ajo<br/>zumo de 1 limón<br/>50 gr aceite de oliva<br/>sal</p> |  |  |  |
|  | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Bajar los residuos con la espátula</i>  |   |   |   |
|  | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Con la Mycook en marcha a velocidad 6, añadir aceite de oliva al gusto por encima de la tapa.</i>   |   |   |   |



### *ejemplo "Coctelería"*

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  <p><b>GIN FIZZ</b></p> <p>80 gr Azúcar</p> <p>80 gr Ginebra<br/>40 gr Zumo de limón<br/>8 cubitos de hielo</p> |  |  |  |
|  | 20 sg   |   | 10  |
|  | 30 sg   |   | 1   |
| <i>Retirar la paleta mezcladora y colar con cestillo.<br/>Llenar las copas (2 dedos) y acabar con sifón.</i>   |   |   |   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|  <p><b>BLOODY MARY</b></p> <p>5 gotas de tabasco<br/>20 gr zumo de limón<br/>pimienta negra molida / sal<br/>salsa Worcestershire<br/>8 cubitos de hielo<br/>80 gr vodka<br/>300 gr zumo de tomate</p> |  |  |  |
|   | 30 sg   |   | 1   |
| <i>Retirar la paleta, colar con cestillo y servir con un tronquito de apio.</i>   |   |   |   |

## Sminuzzare a freddo



Prima di iniziare, verifichi che sia le lame che il recipiente siano bene asciutti.

Faccia attenzione nel programmare il tempo quando vuole macinare, polverizzare, grattugiare, spezzettare o tritare visto che uno stesso prodotto può avere una durezza differente a seconda della stagione o dello stato di maturazione nel caso di frutta e verdura. Selezioni pertanto sempre un tempo leggermente inferiore per evitare di eccedere.

Metta sempre una quantità sufficiente affinché le lame possano lavorare comodamente. Se desidera preparare piccole quantità, inserisca gli ingredienti per l'apertura, direttamente sopra le lame, con l'apparecchio in funzione.

Quando lavora con alimenti molto duri, prima di tutto azioni varie volte il tasto TURBO per romperli.

### Spezzettare

Minestre, verdure o stufati quando si desidera ottenere una grandezza sufficientemente grande da poter afferrare con una forchetta.

Cerchi di inserire gli alimenti sempre in pezzi uguali per ottenere un risultato il più omogeneo possibile. Può spezzettare: patata, cipolla, verdure a foglia, carota, bulbo di sedano, cavolo rosso...

Le velocità più adeguate per questa funzione sono la 4 e la 5.

### Polverizzare

Zucchero, riso, mais, legumi, cioccolato, noce moscata, biscotto, frutti secchi, caramelle... Per polverizzare bene, lavori con la velocità massima passando progressivamente per tutte le velocità.

Questa tecnica è perfetta per l'elaborazione di farine come quella di ceci. Con alimenti duri, azioni varie volte il tasto Turbo per romperli, prima di passare progressivamente per tutte le velocità. Per polverizzare 550gr di cioccolato fondente, programmare 15 secondi a velocità 10.

### Emulsionare

*Maionese, vinagrette.* La velocità 6 è la più adeguata per questo tipo di elaborazioni che

possiamo preparare con l'apparecchio in funzione aggiungendo l'olio a filo attraverso l'apertura.

*Creme calde* (inglese, zabaione...). Velocità fra 3 e 5.

*Truffe, ganache*. A velocità media 5 – 6. *Praline*. A velocità alte.

## Macinare

Caffè, sale grosso, pepe in granello, peperoncino, peperoni cruschi, alloro, bucce disidratate d'agrumi, ecc. È ideale per preparare condimenti o marinade con fine erbe. Inserisca l'ingrediente nel recipiente e lavori con velocità 7 – 10 fino a ottenere il risultato desiderato.

Mycook può essere utilizzato anche per macinare. Si lavora di solito con le velocità 7 – 10.

Per macinare carne, utilizzi la velocità 8.

Per tritare ghiaccio per cocktail o granite, inserisca dei cubetti di ghiaccio fino a coprire le lame e trituri a velocità 6 per 20 o 30 secondi all'incirca.

Può inoltre tritare frutti secchi, sottaceti, uova dure, ecc. a velocità 6 e controllando il tempo a seconda del grossore desiderato.

## Triturare

Minestre fredde e calde, succhi, creme, salse, purè... Passare progressivamente per tutte le velocità e lasciare 2 o 3 minuti alla velocità massima.

Se lavora a caldo, faccia attenzione a collocare il bicchiere dosatore nel coperchio come misura di sicurezza per evitare così possibili schizzi e scottature.

## Grattugiare

Verdure o ortaggi a freddo, come carota, cipolla, barbabietola o ravanello per insalate. Pane secco, formaggio, frutti secchi.

Lavori con le velocità 5 e 6 per 10 – 20 secondi circa, a seconda della durezza dell'alimento e della quantità da grattugiare.

## *Tecniche con temperatura*

### Oli aromatizzati

Grazie al controllo di temperatura di Mycook (da 40° C a 120° C), può effettuare cotture a basse temperature, ad esempio per confettare o preparare oli aromatici.

## Soffriggere

La velocità 1 o “velocità soffritto” è un sistema esclusivo di Mycook che le permette di preparare soffritti, basi per salse o creme e altri elaborati con temperatura.

Il grande vantaggio apportato da questa velocità speciale è che non è necessario tagliare le verdure in quanto ogni 5 secondi la lama aumenta di velocità e taglia l'alimento che si trova all'interno del recipiente.

## Fondere cioccolato

Con le temperature minime di 40°C e 50°C, può fondere il cioccolato per poi temperarlo.

## Spume

Grazie al controllo di temperatura e velocità di Mycook, può elaborare ogni tipo di spuma per terminarla nel sifone.

## Altre tecniche

### Paletta miscelatrice

Montare panna e chiare d'uovo (1 minuto per le chiare). A velocità 5.

Impasti morbidi (pan di spagna, crêpes, ecc.). A velocità 4.

Creme, nuvole, arie, spugne, gelatine, agar-agar. Velocità fra 4 e 6.

### Cocktaileria

Collocando la paletta miscelatrice nella lama e lavorando con la “velocità soffritto”, possiamo preparare cocktail d'ogni tipo.

La paletta miscelatrice agita il cocktail, mediante la “velocità soffritto”, il tempo sufficiente per raffreddare la bevanda senza che il ghiaccio si rompa o si sciolga. Al termine si rimuove la paletta miscelatrice, si colloca il cestello all'interno del recipiente e si cola il cocktail.

### Impastare

Mycook incorpora la velocità “impasto”. Pensata e disegnata in modo specifico per preparare impasti duri, dolci o salati (pizza, pasta fresca, pasta frolla, ecc.).

Inserisca gli ingredienti nel recipiente, programmi il tempo desiderato e prema il tasto di “impasto”.

## esempio "Spezzettare"

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <p><b>GUACAMOLE</b></p> <p>1 Spicchio d'aglio senza germe<br/>100 g Cipolline<br/>200 g pomodoro pelato e senza semi<br/>Succo 1/2 limone<br/>Foglie coriandolo<br/>1 Chili verde<br/>Pepe nero macinato/ Sale</p> | <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>10 sec |  | <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>6 |
| <p><i>Riservare in una ciotola</i></p>   |   |   |  |
| <p>500 g Avocado<br/>50 g Olio d'oliva vergine</p>   | <p>10 sec</p>   |   | <p>6</p>   |
| <p><i>Aggiungere alla ciotola e servire con tortillas di mais</i></p>  |   |   |  |

## esempio "Emulsionare"

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p><b>PRALINE DI MANDORLE</b></p> <p>200 gr Mandorle fritte<br/>50 gr Olio</p> |  |  | <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>10 |
|--|---|---|---|

## esempio "Soffriggere"

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>BUDINO ROVESCIATO DI PORCINI</b></p> <p>50 gr Olio<br/>2 Spicchi d'aglio<br/>1 Cipolla grande a 1/4<br/>800 gr Porcini</p>                      | <br><br>1 min<br>2 min<br>7 min<br>10 min | <br><br>120°<br>120°<br>120°<br>120° | <br><br>2<br>1<br>1<br>1 |
| <p>250 gr Panna liquida<br/>250 gr Latte<br/>6 Uova<br/>Pepe nero macinato<br/>Sale</p>   | <p>2 min</p>   |   | <p>10</p>   |
| <p><i>Cuocere nel forno a bagnomaria per 1 ora. Introdurre nuovamente nel Mycook e tritare a velocità 10 fino ad ottenere una tessitura fine.</i></p> |  |   |   |



### esempio "Aceites"

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <b>OLIO DI CANNELLA</b><br>50 g Cannella bastoncino<br>500 g Olio d'oliva 0,4° | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |
| <b>OLIO DI TIMO</b><br>10 g Timo<br>500 g Olio d'oliva 0,4°                    | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |

### esempio "Spume"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>SPUMA D'ALGHE</b><br>50 gr Olio d'oliva<br>150 g Porro<br>2 Teste astice   | <br>1 min<br>6 min     | <br>120°<br>120°   | <br>2<br>1<br><b>TURBO</b> |
|   | <br>5 min             | <br>120°          | <br>2                     |
| 1 L Acqua. Sale<br>10 g Tè verde  | <br>10 min<br>10 min | <br>120°<br>120° | <br>2<br>2               |
| <i>Colare brodo</i>   |   |   |   |
| Brodo astice<br>10 g Spaghetti di mare in polvere<br>10 g Combu in polvere<br>10 g Lattuga di mare in polvere<br>20 g Wakame in polvere | <br>7 min            | <br>120°         | <br>3<br><b>TURBO</b>    |
| <i>Riservare</i>  |   |   |   |
| 150 gr Albumi<br>350 gr Crema alghe   | <br>3 min            |   | <br>3                    |
| <i>Riempire sifone, caricare e mettere a bagnomaria (70° C). Servire caldo.</i>   |   |   |   |



### esempio "Fondere"

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| <b>TEMPERARE CIOCCOLATO NERO</b><br>1 Kg Cioccolato nero  | <br>2'5 min | <br>50°                 | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Versare 3/4 del cioccolato su un piano di marmo. Lavorare con due spatole larghe fino ad arrivare a 28° C. Aggiungere il resto di cioccolato e arrivare a 31°C.</i>      |  |  |  |
| <b>TEMPERARE CIOCCOLATO AL LATTE</b><br>1 Kg Cioccolato al latte  | <br>3 min   | <br><b>TURBO</b><br>40° | <br>2                 |
| <i>Versare 3/4 del cioccolato su un piano di marmo. Lavorare con due spatole larghe fino ad arrivare a 25°C. Aggiungere il resto del cioccolato e arrivare fino a 29°C.</i> |  |  |  |
| <b>TEMPERARE CIOCCOLATO BIANCO</b><br>1 Kg Cioccolato bianco  | <br>3 min   | <br>40°                 | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Versare 3/4 del cioccolato su un piano di marmo. Lavorare con due spatole larghe fino ad arrivare a 24°C. Aggiungere il resto del cioccolato e arrivare fino a 28°C.</i> |  |  |  |

### esempio "Montare"

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  <b>ALBUMI</b><br>10 Albumi | <br>10 min |  | <br>5 |
|--|---|---|--|

### esempio "Nuvola"

|   |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|
|   | <b>NUVOLA DI MELA</b><br>100 g Succo mela<br>4 Fogli gelatina idratati<br>400 g Succo mela | <br>30 sg<br>20 sg<br>20 sg | <br>40° | <br>2<br>3<br>3 |
|   | <i>Riservare in frigorifero per 10 minuti, direttamente con il recipiente.</i>             |  | 2 min  | 6  |
| <i>Dopo aver lasciato riposare per qualche minuto, ritirare la parte superiore. Se si preferisce, si può congelare la nuvola.</i> |  |  |  |  |

### esempio "Impastare"

|  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|
|  | <b>PASTA FRESCA</b><br>3 Tuoli<br>2 Uova<br>30 g Olio<br>30 g Acqua<br>Sale | <br>30 sg |  | <br>4 |
|  | 250 gr Farina   | 2 min  |   | <b>AMASADO</b>   |
| <i>Lasciar riposare 1 ora, stendere, tagliare e cucinare.</i>                    |   |  |   |  |

### esempio "Crema"

|  |   |   |   |  |
|--|---|---|---|--|
|  | <b>PASTICCERA</b><br>1 L Latte<br>8 Tuorli<br>200 g Zucchero<br>80 g Amido di mais<br>Scorza limone | <br>10 min | <br>100° | <br>3 |
|  |   | 1 min   |   | 3  |
|  | <b>INGLESE</b><br>1 L Latte<br>150 g Zucchero<br>10 Tuorli  | <br>20 min | <br>90°  | <br>3 |
|  |   | 3 min   |   | 3  |

### esempio "Morbido masse"

|   |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|
|  | <b>FALSO PAN DI SPAGNA AL CAFFÈ</b><br>25 g Caffè solubile<br>50 g Zucchero<br>1 L Acqua | <br>30 sg | <br>30 sg | <br>5 |
|   | Riservare 750 g nel congelatore fino ad arrivare a 0°C                                   |  |  |  |
|  | 250 g caffè precedente<br>8 Fogli gelatina idratati<br>Caffè rimanente a 0°C             | 1 min<br>1 min   | 50°  | 2<br>5<br>6  |
|   | Aggiungere lentamente. Collocare in uno stampo e refrigerare.                            |  |  |  |

### esempio "Spume"

|   |   |  |  |   |
|---|---|--|--|---|
|  | <b>SPUMA DI FRAGOLA</b><br>500 g Fragole              | <br>2 min | <br>30 sg | <br>10 |
|   | Colare con un colino fino e riservare.                |  |  |   |
|  | 150 g Acqua<br>150 g Zucchero                         | 4 min  | 120°   | 2   |
|   | 3 Fogli gelatina idratata sgocciolati<br>Purè fragola | 10 sg<br>10 sg   |  | 3<br>3  |
| Riempire sifone, caricare e riservare in posizione orizzontale nel frigorifero.   |   |  |  |   |

### esempio "Salza"

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
|  | <b>BÉCHAMEL</b><br>120 gr Burro<br>120 gr Farina            | <br>1 min<br>3 min | <br>80°<br>80° | <br>3<br>3 |
|   | 1,5 L Latte<br>Sale<br>Pepe bianco macinato<br>Noce moscata | 15 min  | 100°  | 3   |

## ALIOLI

20 Spicchi d'aglio  
Succo 1 limone  
50 g Olio d'oliva  
Sale



30 sg



10

*Far scendere i residui con la spatola.*

30 sg

10

*Con Mycook in funzione a velocità 6, aggiungere olio d'oliva a piacere dall'apertura del coperchio.*



## esempio "Cocktaileria"

### GIN FIZZ

80 gr Zucchero



20 sg



10

80 gr Ginepro  
40 gr Succo limone  
8 Cubetti ghiaccio

30 sg

1

*Ritirare paletta miscelatrice e colare con cestello. Riempire i calici (2 dita) e terminare con sifone.*

### BLOODY MARY

5 Gocce Tabasco  
20 g Succo limone  
Pepe nero macinato  
Sale  
Salsa Worcestershire  
8 Cubetti ghiaccio  
80 g Vodka  
300 g Succo pomodoro



30 sg



1

*Ritirare paletta miscelatrice e colare con cestello (aiutarsi con la paletta miscelatrice). Servire con un gambo di sedano.*



## Texturas frescas

Antes de começar assegure-se de que o sistema de corte e depósito estão bem secos.

Tenha atenção ao programar o tempo para moer, pulverizar, ralar, picar, cortar ou triturar, já que o mesmo produto pode ser mais duro ou mais mole consoante a época ou o estado de amadurecimento (no caso da fruta ou dos legumes). Assim sendo, coloque sempre menos tempo do que o normal. Coloque sempre uma quantidade suficiente para que o sistema de corte possa trabalhar em perfeitas condições.

Se quise fazer quantidades pequenas coloque os ingredientes no bocal, directamente por cima do sistema de corte, com a máquina em funcionamento.

Quando trabalhar com alimentos muito duros, primeiro pressione várias vezes o botão Turbo para desfazer os mesmos.

### Cortar

Sopas, legumes ou productos estufados com os quais pretenda obter um tamanho suficientemente grande para pegar com un garfo.

Procure introduzir os alimentos sempre em bocados homogéneos para obter um resultado o mais igual possível. Pode cortar: batata, cebola, legumes, cenoura, bolbo de aipo, couve lombarda, etc... As velocidades mais correctas para esta função são a 4 e a 5.

### Pulverizar

Açúcar, arroz, milho, legumes, chocolate, noz-moscada, bolacha, frutos secos, caramelos, etc...

Para obter uma boa pulverização trabalhe com a vedocidade máxima, passando progressivamente por todas as velocidades. Perfeito para fazer farinhas como a de grão-de-bico. Para alimentos duros pressione “Turbo” várias vezes antes de passar progressivamente por todas as velocidades, para desfazer os alimentos. *Por exemplo: para pulverizar 550g de chocolate aos pedaços, programe 15 sg na velocidade 10.*

### Emulsionar

*Maioneses, tempero de saladas:* A velocidade 6 é mais correcta para este tipo de preparação, a qual pode ser levada a cabo com a máquina em movimento, fazendo passar o fio de azeite através do buraco.

*Cremas quentes* (inglês, sabayon...). Velocidade entre 3 e 5.  
*Trufas, ganaches*. Velocidade 5 – 6. *Pralinés*. Nas velocidades altas.

## Moer

Café, sal grosso, pimenta em grão, pimentos verdes e vermelhos, loureiro, cascas de cítricos desidratados, etc.

Ideal para preparar temperos ou produtos marinados com ervas aromáticas. Introduza o ingrediente no depósito e coloque a trabalhar entre a velocidade 7-10 , até conseguir o resultado desejado.

## Picar

Também pode utilizar o Mycook como picador. trabalhe normalmente entre a velocidades 7-10. Para picar carne utilize a velocidade 8.

Pode picar gelo para cocktails ou granizados. coloque cubos de gelo até cobrir o sistema de corte e pique à velocidade 6 durante 20 a 30 sg aproximadamente.

Pode também picar frutos secos, pickles, ovos duros, etc. na velocidade 6 e controlar o tempo, dependendo da grossura desejada.

## Triturar

Sopas frias e quentes, sumos, cremes, salsas, purés... Passar por todas as velocidades progressivamente e deixar 2 a 3 minutos na velocidade máxima.

Trabalhe em quente, tendo o cuidado de colocar o copo de medida na tampa como medida de segurança, evitando assim possíveis salpicos ou queimaduras.

## Ralar

Legumes ou hortaliças frescas tais como a cenoura, cebola, beterraba ou rábano para saladas.

Pão seco, queijo, frutos secos... trabalhe com as velocidades 5-6 durante aprox 10-20 segundos, dependendo do amadurecimento do alimento e da quantidade a ralar.

# *Técnicas de temperatura*

## Molhos aromatizados

Graças ao controlo de temperatura do Mycook (40°-120°C) pode fazer cozinhados a baixas temperaturas, como doces ou molhos aromatizados.

## Refogar

A velocidade 1 ou a velocidade “Sofrito” é um sistema exclusivo do Mycook que permite elaborar sofritos, bases para salsas, cremes e outras preparações que necessitem de uma certa temperatura.

A grande vantagem desta velocidade especial é facto de com ela não ser necessário cortar as legumbres, já que a cada 5 segundos o sistema de corte aumenta de velocidade e corta o alimento que está no interior do depósito.

## Derreter

Com as temperaturas mínimas de 40º-50ºC pode fundir chocolate para um tempero posterior.

## Espumas

Graças ao controlo de temperatura e velocidade fdo Mycook, pode preparar todo tipo de espumas para dar um toque final à água gasosa.

## Outras técnicas

### Pá misturadora

Fazer natas e clara (1 minuto por clara). Velocidade 5.

Massa leves (biscoitos, crepes, etc.) velocidade 4.

Cremes, nuvens, ares, esponjas, gelatinas, agar-agar... velocidades entre 4 e 6.

### Cocktails

Ao colocar a pá misturadora no sistema de corte e trabalhar com a velocidade “S” (refogar), podemos realizar cocktails de todo tipo.

A pá misturadora agita o cocktail através da velocidade “S” o tempo suficiente para arrefecer a bebida sem que o gelo se parta ou derreta. Finalmente retirar-se a pá misturadora, coloca-se a rede no interior do depósito e cõa-se o cocktail.

### Impastare

O Mycook possui a velocidade “Amassado”. Pensada e desenhada especificamente para fazer massas duras, doces ou saladas: pizza, pasta fresca, brisa, etc.

Introduzca os ingredientes no depósito, programe o tempo desejado e pressione o botão amassado.

## exemplo "Cortar"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>GUACAMOLE</b><br>1 Dente de alho sem gérmen<br>100 g Cebolinha<br>200 g Tomate sem pele e sem gráinhas<br>Sumo de 1/2 limão<br>Folhas de coentro<br>1 Chile verde<br>Pimenta negra moída / Sal |  |  |  |
|   | 10 sg   |   | 6   |
| <i>Guardar numa taça</i>  |   |   |   |
| 500 g Abacate<br>50 g Azeite virgem   | 10 sg   |   | 6   |
| <i>Adicionar à taça anterior e servir com nachos.</i>   |   |   |   |

## exemplo "Emulsionar"

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <b>PRALINÉ DE AMÊNDOAS</b><br>200 gr Amendoas fritas<br>50 gr Azeite |  |  |  |
|  |   |   | 10  |

## exemplo "Refogar"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>FLAN DE COGUMELOS</b><br>50 gr Azeite<br>2 Dente de alho<br>1 Cebolla grande cortada em quartos<br>800 gr Cogumelos              |  |  |  |
|   | 1 min<br>2 min<br>7 min<br>10 min   | 120°<br>120°<br>120°<br>120°  | 2<br>1<br>1<br>1  |
| 250 gr Nata líquida<br>250 gr Leite<br>6 Ovos<br>Pimenta negra moída<br>Sal   | 2 min   |   | 10  |
| <i>Cozinhar em banho-maria no forno durante 1h. Introduzir de novo na Mycook e triturar a v.10, até conseguir uma textura fina.</i> |   |   |   |



### exemplo "Azeites"

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <b>AZEITE DE CANELA</b><br>50 g Canela em pau<br>500 g Azeite de oliva 0'4° | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |
| <b>AZEITE DE TOMILHO</b><br>10 g Tomilho<br>500 g Azeite de oliva 0'4°      | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |

### exemplo "Espumas"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>ESPUMA DE ALGAS</b><br>50 gr Azeite de oliva<br>150 g Alho Porro<br>2 Cabeças lavagante                              | <br>1 min<br>6 min | <br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br><b>TURBO</b> |
|   | 5 min   | 120°  | 2   |
| 1 L Água e Sal<br>10 g Chá verde  | 10 min<br>10 min  | 120°<br>120°  | 2<br>2  |
| <i>Coar o caldo.</i>  |   |   |   |
| Caldo de lavagante<br>10 g Esparguete de mar em pó<br>10 g Combu em pó<br>10 g Alface de mar em pó<br>20 g Wakame em pó | 7 min   | 120°  | 3<br><b>TURBO</b>   |
| <i>Guardar</i>  |   |   |   |
| 150 gr Clara de ovo<br>350 gr Creme de algas  | 3 min   |   | 3   |
| <i>Coar caldo, encher sifão, por em banho-maria a 70°C. Servir quente.</i>  |   |   |   |

## exemplo "Derreter"

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>CHOCOLATE NEGRO</b><br>1 Kg Chocolate negro   | <br>2'5 min | <br>50° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Esvaziar 3/4 do chocolate no mármore. Trabalhe com 2 espátulas largas até chegar a 28°C. Junte o resto do chocolate e aumente a temperatura até 31°C.</i> |  |  |  |
| <b>CHOCOLATE COM LEITE</b><br>1 Kg Chocolate com leite   | <br>3 min   | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Esvaziar 3/4 do chocolate no mármore. Trabalhe com 2 espátulas largas até chegar a 25°C. Junte o resto do chocolate e aumente a temperatura até 29°C.</i> |  |  |  |
| <b>CHOCOLATE BRANCO</b><br>1 Kg Chocolate branco   | <br>3 min   | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Esvaziar 3/4 do chocolate no mármore. Trabalhe com 2 espátulas largas até chegar a 24°C. Junte o resto do chocolate e aumente a temperatura até 28°C.</i> |  |  |  |



## exemplo "Bater"

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|  <b>CLARAS</b><br>10 Claras | <br>10 min |  | <br>5 |
|---|---|---|--|

### exemplo "Nuvem"

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  <b>NUVEM DE MAÇA</b><br>100 g Sumo de maçã<br>4 Folhas gelatina hidratadas<br>400 g Sumo de maçã | <br>30 sg<br>20 sg<br>20 sg | <br>40° | <br>2<br>3<br>3 |
|  | <i>Guardar a jarra no frigorífico durante 10 min.</i>  |  |  |
|  | 2 min  |  | 6  |
| <i>Reposar uns minutos e retirar a parte superior. Se preferir pode congelar a nuvem.</i>  |  |  |  |

### exemplo "Amassar"

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  <b>MASSA FRESCA</b><br>3 Gemas de ovo<br>2 Ovos<br>30 g Azeite<br>30 g Água<br>Sal | <br>30 sg |  | <br>4 |
|  | 250 gr Farina  | 2 min   |  |
| <i>Reposar 1h. Esticar, cortar e cozinhar.</i>   |  |   |  |

### exemplo "Cremes"

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|  <b>PASTELEIRA</b><br>1 L Leite<br>8 Gemas de ovo<br>200 g Açúcar<br>80 g Maizena<br>Pele de limão | <br>10 min | <br>100° | <br>3 |
|   |   | 1 min   |  |
|  <b>INGLESA</b><br>1 L Leite<br>150 g Açúcar<br>10 Gemas de ovo                                    | <br>20 min | <br>90°  | <br>3 |
|   |   | 3 min   |  |

### exemplo “Massas Leves”

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| <b>BISCOITO DE CAFÉ FALSO</b>  |   |  |  |  |
|  | 25 g Café solúvel<br>50 g Açúcar<br>1 L Água  | 30 sg   |   | 5   |
| <i>Reservar 750 g no congelador até atingir a temperatura de 0°C.</i>            |   |   |   |   |
|  | 250 g Café anterior<br>8 Folhas gelatina hidratada<br>Acrescentar o restante do café a 0°C. | 1 min<br>1 min  | 50°   | 2<br>5<br>6   |
| <i>Colocar em un refratario e resfriar.</i>                                      |   |   |   |   |

### exemplo “Espumas”

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| <b>ESPUMA DE MORANGO</b>   |   |  |  |  |
|  | 500 g Azeite de oliva                                       | 2 min   |   | 10  |
| <i>Peneirar com una peneira fina e reservar</i>                                  |   |   |   |   |
|  | 150 g Água<br>150 g Açúcar                                  | 4 min   | 120°  | 2   |
|  | 3 Folhas de gelatina hidratada escorrida<br>Puré de morango | 10 sg<br>10 sg  |   | 3<br>3  |
| <i>Encher sifão e guardar em posição horizontal na geladeria.</i>                |   |   |   |   |

### exemplo “Molhos”

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| <b>BECHAMEL</b>  |   |  |  |  |
|  | 120 gr Manteiga<br>120 gr Farinha                         | 1 min<br>3 min  | 80°<br>80°  | 3<br>3  |
|  | 1,5 L Leite<br>Sal<br>Pimenta branca moída<br>Noz moscada | 15 min  | 100°  | 3   |

| <b>ALIOLI</b>   |  |  |  |
|---|---|---|---|
|  20 Dentes de alho<br>Sumo de 1 limão<br>50 g Azeite de oliva<br>Sal | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Despegar os resíduos com a espátula.</i>   |   |   |   |
|   | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Com a Mycook em funcionamento em v.6, acrescentar azeite de oliva a gosto por cima da tampa.</i>   |   |   |   |



### exemplo "Cocktails"

| <b>GIN FIZZ</b>  |  |  |  |
|--|---|---|---|
| 80 gr Açúcar   | 20 sg   |   | 10  |
|  80 gr Ginebra<br>40 gr Sumo de limão<br>8 Cubos de gelo | 30 sg   |   | 1   |
| <i>Retirar a palheta de mistura e coar com o cesto. Encher os copas e acabar com sifão.</i>  |   |   |   |

| <b>BLOODY MARY</b>   |  |  |  |
|--|---|---|---|
|  5 Gotas de tabasco<br>20 g Sumo limão<br>Pimenta negra moída<br>Sal<br>Molho Worcestershire<br>8 Cubos gelo<br>80 g Vodka<br>300 g Sumo tomate | 30 sg   |   | 1   |
| <i>Retirar a espátula, coar e servir com um tronquinho de aipo.</i>  |   |   |   |



## Gold Textures

Before starting, make sure that both the blades and jug are completely dry. Be careful when programming the time for grinding, crushing, grating, dicing, cutting or blending as a single product can have a different degree of hardness depending upon the season or its ripeness, if fruits or vegetables.

Always add a sufficient quantity so that the blades can work easily. If small quantities are desired, place the ingredients directly into the opening on top of the blades, with the machine switched on. When using hard food products, press the turbo button several times to break them up.

### Cut

Soup, vegetables or casseroles that require thickness of food items to be large enough to be pronged with a fork. Try to always introduce food items in same sized pieces to obtain results of a similar size. It can cut potato, onion, leaf vegetables, carrot, celery, red cabbage, etc. The best speeds for this function are 4 and 5.

### Crush

Sugar, rice, corn, pulses, chocolate, nutmeg, biscuit, dried fruit, caramels, etc. To crush food, go progressively through the different speeds until reaching full speed. This action is perfect for making flour from pulses, for example.

For hard food products, press the Turbo button several times before going progressively through all the speeds in order to break up the food products. To crush 550 g of chocolate slab, programme the machine for 15 seconds at speed 10.

### Emulsify

Mayonnaise, vinaigrettes. Speed 6 is the most appropriate for these types of creations, which can be carried out with the machine turned on while adding a constant trickle of oil through the hole. *Hot soups and sauces:* Custard, Sabayon, etc. Speeds from 3 to 5. *Truffles, ganaches:* Average speed 5 - 6. *Praline:* High speed.

### Grind

Coffee, coarse salt, pepper cloves, chiles, spicy peppers, citric fruit rind, etc. It's ideal

for preparing herb dressings or marinades. Place the ingredient in the jug and use at speeds of 7 - 10 until obtaining the desired result.

## Dice

Mycook can also be used as a dicer, usually at speeds 7-10.

To cut meat into small pieces, use speed 8. Ice can be crushed for cocktails or slush puppies. Place ice cubes so that the blades are completely covered and use at speeds 6 to 20 for approximately 30 seconds.

It can also dice dried fruits, pickles, hard-boiled eggs... at speed 6 and controlling the time depending upon the desired thickness.

## Blend

Cold and hot soups, juices, creams, sauces, purees. Go progressively through all the speeds and leave for 2 to 3 minutes on full speed.

If using hot foods, take the precaution of placing the measuring jug on the lid as a safety measure, avoiding possible splashes and burns.

## Grate

Cold vegetables such as carrots, onions, beetroots or radishes for salads. Stale bread, cheese, dried fruits. Use the machine at speeds 5 and 6 for approximately 10-20 seconds, depending on the hardness of the food item and the quantity to be grated.

# *Techniques using temperature*

## Aromatic oils

Due to the temperature control of Mycook (40°C to 120°C), substances can be made at low temperatures, such as caramelised sauces or aromatic oils.

## Lightly fry

Speed 1 or "Light fry speed". is an exclusive Mycook system that enables lightly fried mixtures to be created, which form the basis of sauces and other creations that require temperature.

The great advantage of this speed is that it is not necessary to cut up vegetables as every 5 seconds the blade increases speed and cuts the food products that are in the inside of the jug.

## Melt chocolate

Using the minimum temperature of 40° C and 50° C, chocolate can be melted and later tempered.

## Foams

The Mycook temperature control and speed function enables many different types of froths to be created, which are later placed in the siphon.

## Other techniques

### Mixer

Whipped cream and egg whites (1 minute for each egg white): speed 5.

Batters (cake, crepes, etc.): speed 4.

Creams, froths, sponges, jellies...speeds of 4 to 6.

### Knead

Mycook features the “knead” speed. It is designed especially to create sweet and savoury dough: pizza, fresh pasta, pastry, etc.

Place the ingredients in the jug, set the desired time and press the button “knead”.

## Cocktails

Place the mixer on the blade and use at a moderate speed to make all kinds of cocktails.

The mixer stirs the cocktail, at “light fry speed”, sufficient time for cooling the drink without breaking or melting the ice. The mixer is taken out, the sieve is placed inside and the cocktail is strained.

example "Cut"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><b>GUACAMOLE</b></p> <p>1 Garlic clove without the heart<br/>         100 g Spring onions<br/>         200 g Skinless and seedless tomatoes<br/>         Juice of 1/2 lemon<br/>         Coriander leaves<br/>         1 Green chile<br/>         Salt &amp; Black ground pepper</p> |  |  |  |
| <p>10 sg</p>  |   |   | <p>6</p>  |
| <p><i>Set aside in a bowl</i></p>   |   |   |   |
| <p>500g Avocado<br/>         50g Virgin olive oil</p>   | <p>10 sg</p>  |   | <p>6</p>  |
| <p><i>Add to bowl and serve with nachos.</i></p>  |   |   |   |

example "Emulsify"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><b>ALMOND PRALINE</b></p> <p>200 gr Fried almonds<br/>         50 gr Oil</p> |  |  |  |
|   |   |   | <p>10</p>   |

example "Lightly fry"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><b>WILD MUSHROOM EGG CUSTARD</b></p> <p>50 gr Oil<br/>         2 Garlic cloves<br/>         1 Large onion in quarters<br/>         800 gr Wild mushrooms</p> |  |  |  |
|   | <p>1 min<br/>         2 min<br/>         7 min<br/>         10 min</p>              | <p>120°<br/>         120°<br/>         120°<br/>         120°</p>                   | <p>2<br/>         1<br/>         1<br/>         1</p>                               |
| <p>250 g Single cream<br/>         250 g Milk<br/>         6 Eggs<br/>         Black ground pepper<br/>         Salt</p>  | <p>2 min</p>  |   | <p>10</p>   |
| <p><i>Cook in a double boiler in the oven for 1 hour.<br/>         Place in the mycook again and blend at speed 10 until it has a fine texture.</i></p>         |   |   |   |

## example "Oils"

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <b>CINNAMON OIL</b><br>50 gr Cinnamon stick<br>500 gr Olive oil 0'4° | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |
| <b>THYME OIL</b><br>10 gr Thyme<br>500 gr Olive oil 0'4°             | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |



## example "Foams"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>SEAWEED FROTH</b><br>50 gr Olive oil<br>150 gr Leeks<br>2 Lobster heads  | <br>1 min<br>6 min | <br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br><b>TURBO</b> |
|   | 5 min   | 120°  | 2   |
| 1L Water. Salt<br>10 gr Green tea   | 10 min<br>10 min  | 120°<br>120°  | 2<br>2  |
| <i>Strain broth</i>   |   |   |   |
| Lobster broth<br>10 g Powdered seaweed spaghetti<br>10 gr Powdered combu<br>10 gr Powdered seaweed lettuce<br>20 gr Powdered Wakame | 7 min   | 120°  | 3<br><b>TURBO</b>   |
| <i>Put to one side</i>  |   |   |   |
| 150 gr Egg white<br>350 gr Seaweed cream  | 3 min   |   | 3   |
| <i>Fill syphon, charge and place in a boiling pan of water (70° C). Serve hot.</i>  |   |   |   |

## example "Melt"

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>TEMPER DARK CHOCOLATE</b><br>1 Kg Dark chocolate  | <br>2'5 min | <br>50° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Empty 3/4 of the chocolate onto the worktop.<br/>Work with two wide spatulas until it reaches a temperature of 28°C.<br/>Add the rest of the chocolate and increase temperature until 31°C.</i> |  |  |  |
| <b>CHOCOLATE CON LECHE</b><br>1 Kg Milk chocolate  | <br>3 min   | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Empty 3/4 of the chocolate onto the worktop.<br/>Work with two wide spatulas until it reaches a temperature of 25°C.<br/>Add the rest of the chocolate and increase temperature until 29°C.</i> |  |  |  |
| <b>CHOCOLATE BLANCO</b><br>1 Kg White chocolate  | <br>3 min   | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
| <i>Empty 3/4 of the chocolate onto the worktop.<br/>Work with two wide spatulas until it reaches a temperature of 24°C.<br/>Add the rest of the chocolate and increase temperature until 28°C.</i> |  |  |  |



## example "Mount"

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|  <b>STIFF EGG WHITES</b><br>10 Egg whites | <br>10 min |  | <br>5 |
|---|---|---|--|

## example "Foamy"

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|                             | <b>APPLE FOAM</b><br>100 gr Apple juice<br>4 Hydrated gelatine sheets<br>400 gr Apple juice | <br>30 sg<br>20 sg<br>20 sg | <br>40° | <br>2<br>3<br>3 |
|  | Set to one side and place directly in the jug in the fridge for 10 minutes.                 |  |  |  |
|  | 2 min   |  |  | 6  |
| After leaving to one side for a few minutes, take off the upper part. If preferred, the cloud can be frozen. |   |  |  |  |

## example "Knead"

|   |   |  |   |  |
|---|---|--|---|--|
|  | <b>FRESH PASTA</b><br>3 Egg yolks<br>2 Eggs<br>30 g Oil<br>30 g Water<br>Salt | <br>30 sg |  | <br>4 |
|   | 250 gr Flour  | 2 min  |   | <b>AMASADO</b>   |
|   | Leave to stand for 1 hour, knead, cut and cook.                               |  |   |  |

## example "Cream"

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|  | <b>ICING CREAM</b><br>1 L Milk<br>8 Egg yolks<br>200 g Sugar<br>80 g Corn starch<br>Lemmon peel | <br>10 min<br>1 min | <br>100° | <br>3<br>3 |
|   | <b>ENGLISH CREAM</b><br>1 L Milk<br>150 g Sugar<br>10 Egg yolks                                 | <br>20 min<br>3 min | <br>90°  | <br>3<br>3 |

## example "Soft masses"

|   |  |  |  |
|---|---|---|---|
| <b>FALSE COFFEE SPONGE</b><br> 25 g Soluble coffee<br>50 g Sugar<br>1 L Water             | 30 sg   |   | 5   |
| <i>Keep 750 g in the freezer until it reaches a temperature of 0°C.</i>   |   |   |   |
|  250 g Already made coffee<br>8 Hydrated gelatine sheets<br>The rest of the coffee at 0°C | 1 min<br>1 min  | 50°   | 2<br>5<br>6   |
| <i>Add slowly. Place in a mould and refrigerate.</i>  |   |   |   |

## example "Sauce"

|  |  |  |  |
|--|---|---|---|
|  120 gr Butter<br>120 gr Flour | 1 min<br>3 min  | 80°<br>80°  | 3<br>3  |
| 1'5 L Milk<br>Salt<br>Ground white pepper<br>Nutmeg  | 15 min  | 100°  | 3   |

|   |  |  |  |
|---|---|---|---|
| <b>GARLIC MAYONNAISE</b><br> 20 Garlic cloves<br>Juice of 1 lemon<br>50 g Olive oil<br>Salt | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Decrease residue with a spatula.</i>   |   |   |   |
|   | 30 sg   |   | 10  |
| <i>With Mycook on speed 6, add the olive oil over the lid according to taste.</i>   |   |   |   |

## example "Foam"

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p><b>STRAWBERRY FROTH</b></p> <p>25 gr Strawberries</p>   |  <p>2 min</p> |  |  <p>10</p> |
| <p><i>Strain with a fine sieve and leave to one side.</i></p>  |  |   |   |
|  <p>150 gr Water<br/>150 gr Sugar</p> | <p>4 min</p>   | <p>120°</p>   | <p>2</p>  |
| <p>3 hydrated dripping gelatine sheets<br/>Strawberry puré</p>   | <p>10 sg<br/>10 sg</p>   |   | <p>3<br/>3</p>  |
| <p><i>Fill the siphon, load and keep in a horizontal position in the fridge.</i></p>                                   |  |   |   |



## example "Cocktails"

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <p><b>GIN FIZZ</b></p> <p>80 gr Sugar</p>   |  <p>20 sg</p> |  |  <p>10</p> |
|  <p>80 gr Gin<br/>40 gr Lemon juice<br/>8 Ice cubes</p> | <p>30 sg</p>   |   | <p>1</p>  |
| <p><i>Remove mixer and strain with a sieve.<br/>Fill glasses (2 inches) and top up with sodar water.</i></p>                              |  |   |   |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p><b>BLOODY MARY</b></p> <p>5 Drops of Tabasco<br/>20 g lemmon juice<br/>Ground black pepper &amp; Salt<br/>Worcestershire sauce<br/>8 Ice cubes<br/>80 g Vodka<br/>300 g Tomato juice</p> |  <p>30 sg</p> |  |  <p>1</p> |
| <p><i>Remove mixer and strain with a sieve (use the mixer to help).<br/>Serve with a celery slice.</i></p>  |  |   |  |



## Textures à froid

Avant de commencer, assurez-vous de bien avoir séché les lames et le bol. Prenez des précautions au moment de programmer le temps, quand vous désirerez moudre, pulvériser, râper, hacher, couper en morceaux ou tri-turer puisque le même produit peut avoir différente dureté en fonction de l'époque ou de l'état de maturation, dans le cas des fruits et des légumes. Ainsi, pour éviter un excès, veuillez programmer toujours avec un peu moins de temps.

Mettez toujours, une quantité suffisante afin que les lames travaillent en toute commodité. Si vous voulez faire de petites quantités, mettez les ingrédients dans le bol directement sur les lames avec le robot en marche.

Quand vous travaillerez avec des aliments très durs, appuyez tout d'abord plusieurs fois sur le bouton Turbo pour les casser.

### Couper

Soupes, légumes ou ragoûts pour lesquels vous désirerez obtenir des morceaux suffisamment grands pour les piquer avec une fourchette.

Tâcher d'introduire des morceaux d'aliments homogènes afin d'obtenir un résultat le plus uniforme possible. Vous pouvez couper en morceaux: pomme de terre, oignon, légumes de feuille verte, carotte, bulbe de céleri, chou rouge... Les vitesses correctes pour cette fonction sont la 4 et la 5.

### Pulvériser

Sucre, riz, maïs, légumes, chocolat, noix de muscade, biscuits, fruits secs, bonbons, etc. Afin d'obtenir le bon pulvérisé, travaillez à la vitesse maximale en passant progressivement par toutes les vitesses.

Cette action est indiquée pour l'élaboration de farine comme celle de pois chiches. Pour les aliments durs, afin de casser les aliments appuyez sur le bouton Turbo plusieurs fois avant de passer progressivement par toutes les vitesses.

Pour pulvériser 550 g de chocolat à la pierre, programmer 15 secondes à la vitesse 10.

### Émulsionner

*Mayonnaises, vinaigrettes.* La vitesse 6 est la plus indiquée pour ce type d'élaborations, lesquelles nous pouvons réaliser avec le robot en marche, en ajoutant l'huile

en filet par l'ouverture.

*Crèmes chaudes (Anglaise, sabayon, etc..)*. Aux vitesses entre 3 et 5.

*Truffes, ganaches*. À la vitesse moyenne 5 – 6. *Pralinés*. Aux vitesses rapides.

## Hacher

Mycook peut s'utiliser également comme hachoir en travaillant généralement entre les vitesses 7 – 10. Pour hacher de la viande, utilisez la vitesse 8.

Vous pouvez broyer des glaçons pour des cocktails ou des boissons glacées. Remplir de glaçons jusqu'à couvrir les lames et enclenchez la vitesse 6 environ 20 / 30 secondes. Il peut aussi hacher des fruits secs, conserves au vinaigre, œufs durs... à la vitesse 6 et en contrôlant le temps, qui dépendra de la grosseur désirée.

## Moudre

Café, gros sel, poivre en grains, chilis, poivrons « gnora », laurier, peaux d'agrumes déshydratées, etc. Cette fonction est parfaite pour la préparation d'assaisonnements ou mari-nades aux fines herbes.

Introduire l'ingrédient dans le bol et travaillez aux vitesses 7 – 10, jusqu'à obtenir le résultat désiré.

## Triturer

Soupes froides et chaudes, jus, crèmes, sauces, purées. Passer progressivement par toutes les vitesses et laisser de 2 à 3 minutes à la vitesse maximale.

En travaillant à chaud, prenez les précautions de mettre le verre doseur dans le couvercle, comme mesure de sécurité, en évitant ainsi des éclaboussures ou brûlures.

## Râper

Légumes ou crudités à froid, comme les carottes, l'oignon, la betterave ou le radis pour les salades, pain sec, fromage, fruits secs. Travaillez aux vitesses 5 et 6 pendant environ 10 – 20 secondes, tout dépendra de la dureté de l'aliment et de la quantité à râper.

# Techniques avec température

## Huiles aromatisées

Grâce au contrôle de température de Mycook (de 40° C à 120° C) on peut réaliser une cuisson à basse température, comme les confits ou les huiles aromatisées.

## Faire revenir

La vitesse 1 ou “vitesse sauté” est un système exclusif de Mycook, qui lui permet d’élaborer des aliments sautés, des bases pour des sauces ou des crèmes et d’autres élaborations avec température.

Cette vitesse spéciale apporte le grand avantage qu’il n’est pas nécessaire de couper les légumes, puisque toutes les 5 secondes la lame augmente la vitesse et coupe l’aliment qui se trouve dans le bol.

## Faire fondre du chocolat

Avec les températures minimales de 40° C et 50° C vous pouvez faire fondre du chocolat et par la suite le faire tiédir.

## Mousses

Grâce au contrôle de température et de vitesse de Mycook, vous pouvez préparer toute sorte de mousses en utilisant un siphon d’eau de Seltz.

# Autres techniques

## Spatule mélangeuse

Fouetter la crème fraîche et monter les blancs en neige (1 minute par blanc): vitesse 5.

Pâtes molles (génénoise, crêpes, etc.): à la vitesse 4.

Crèmes, nuages, bulles d’air, éponges, gélatine, agar-agar: entre les vitesses 4 et 6.

## Pétrir

Mycook incorpore la vitesse “Pétrissage” spécialement pensée et dessinée pour la réalisation de pâtes dures, sucrées ou salées (pizza, pâte fraîche, brisée, etc.).

Introduisez les ingrédients dans le bol, programmez le temps désiré et appuyez sur le bouton de “pétrissage”.

## Cocktail

Pour réaliser tout type de cocktails, il suffit de placer la spatule mélangeuse dans la lame et de travailler à la “vitesse sauté”.

La spatule mélangeuse agit le cocktail le temps suffisant pour refroidir la boisson sans que les glaçons ne se cassent ou se fondent. Enfin retirer la spatule mélangeuse et filtrer le cocktail avec une passoire.

## exemple "Couper"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><b>GUACAMOLE</b></p> <p>1 gousse d'ail sans germe<br/>         100 g ciboulette<br/>         200 g Tomate sans peau ni pépins<br/>         Jus d'1/2 citron<br/>         Feuilles de coriandre<br/>         1 Chili vert<br/>         Sel et Poivre noir moulu</p> |  |  |  |
|   | 10 sec  |   | 6   |
| <i>Réserver dans un bol</i>   |   |   |   |
| <p>500 g avocat<br/>         50 g huile d'olive vierge</p>  | 10 sec  |   | 6   |
| <i>Ajouter au bol antérieur et servir avec des nachos.</i>  |   |   |   |

## exemple "Émulsionner"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p><b>PRALINÉ AUX AMANDES</b></p> <p>200 g d'Amandes frites<br/>         50 g d'Huile</p> |  |  |  |
|   |   |   | 10  |

## exemple "Faire Revenir"

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p><b>FLAN DE CÈPES INVERSÉ</b></p> <p>50 g d'Huile<br/>         2 Gousses d'ai<br/>         1 Oignon en 1/4<br/>         800 g Cèpes</p>              |  |  |  |
|  | 1 min   | 120°  | 2   |
|  | 2 min   | 120°  | 1   |
|  | 7 min   | 120°  | 1   |
|  | 10 min  | 120°  | 1   |
| <p>250 g Crème fraîche<br/>         250 g Lait<br/>         6 Oeufs<br/>         Poivre noir moulu<br/>         Sel</p>                                | 2 min   |   | 10  |
| <i>Cuire au bain marie dans le four pendant 1 heure. Introduire de nouveau dans Mycook et broyer à la vitesse 10 jusqu'à obtenir une fine texture.</i> |   |   |   |

## exemple "Huiles"

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <p><b>HUILE AROMATISÉE DE CANNELLE</b></p> <p>50 g Cannelle en branche<br/>500 g d'Huile d'olive 0,4°</p> | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |
| <p><b>HUILE AROMATISÉE DE THYM</b></p> <p>10 g Thym<br/>500 g Huile d'olive 0,4°</p>                      | 20 min  | 50°  | 2  |

## exemple "Mousses"



|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p><b>MOUSSE D'ALGUES</b></p> <p>50 g d'Huile d'olive<br/>150 g Poireau<br/>2 Têtes de homard</p>                                      | <br>1 min<br>6 min | <br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br><b>TURBO</b> |
|  | 5 min   | 120°  | 2   |
| 1 L d'eau. Sel<br>10 g Thé vert  | 10 min<br>10 min  | 120°<br>120°  | 2<br>2  |
| <i>Filter le bouillon</i>  |   |   |   |
| <p>Bouillon homard<br/>10 g Agar-agar en poudre<br/>10 g Konbu en poudre<br/>10 g Ulva lactuca en poudre<br/>20 g Wakame en poudre</p> | 7 min   | 120°  | 3<br><b>TURBO</b>   |
| <i>Réserver</i>  |   |   |   |
| 150 g Blanc d'oeuf<br>350 g Crème d'algues   | 3 min   |   | 3   |
| <i>Remplir le siphon d'eau de Seltz et mettre au bain marie (70° C). Servir chaud.</i>   |   |   |   |

## exemple "Fondre"

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>CHOCOLAT NOIR</b><br>1 kg Chocolat noir | <br>2'5 min | <br>50° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
|--|--|--|--|

Placer 3/4 du chocolat sur le marbre. Travailler avec deux larges spatules jusqu'à arriver à 28 °C. Ajouter le reste du chocolat et monter la température à 31°C.

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>CHOCOLAT AU LAIT</b><br>1 Kg Chocolat au lait | <br>3 min | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
|--|--|--|--|

Placer 3/4 du chocolat sur le marbre. Travailler avec deux larges spatules jusqu'à arriver à 25 °C. Ajouter le reste du chocolat et monter la température à 29 °C.

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>CHOCOLAT BLANC</b><br>1 Kg Chocolat blanc | <br>3 min | <br>40° | <br><b>TURBO</b><br>2 |
|--|--|--|--|

Placer 3/4 du chocolat sur le marbre. Travailler avec deux larges spatules jusqu'à arriver à 24 °C. Ajouter le reste du chocolat et monter la température à 28 °C.



## exemple "Monter"

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|  <b>LES BLANCS EN NEIGE</b><br>10 Blancs | <br>10 min |  | <br>5 |
|---|---|---|--|

## exemple "Nuage"

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  <b>AUX POMMES</b><br>100 g Jus de pommes<br>4 Feuilles de gélatine hydratées<br>400 g Jus de pommes | <br>30 sg<br>20 sg<br>20 sg | <br>40° | <br>2<br>3<br>3 |
|  | <i>Réserver, et le mettre, directement avec le bol, dans le réfrigérateur pendant 10 min.</i>                |  |  |
|  |  | 2 min  | 6  |
| <i>Après avoir reposé quelques minutes, retirer la partie supérieure. Si vous le désirez, vous pouvez congeler le nuage.</i>   |  |  |  |

## exemple "Pétrir"

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|  <b>PÂTES FRAICHES</b><br>3 Jaunes d'oeuf<br>2 Oeufs<br>30 g d'Huile<br>30 g d'Eau<br>Sel | <br>30 sg |  | <br>4 |
|   | 250 gr Farine  | 2 min   |  |
| <i>Laisser reposer 1 heure, étaler, couper et cuisiner.</i>   |  |   |  |

## exemple "Crème"

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  <b>PÂTISSIÈRE</b><br>1L de lait<br>8 jaunes d'oeuf<br>200 g sucre<br>80 g Maïzena<br>Écorce de citron | <br>10 min<br>1 min | <br>100° | <br>3<br>3 |
|  |  |   |   |
|  <b>ANGLAISE</b><br>1 L de lait<br>150 g Sucre<br>10 Jaunes d'oeuf                                     | <br>20 min<br>3 min | <br>90°  | <br>3<br>3 |

## exemple "Pâtes molles"

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|  <p><b>FAUX BISCUIT AU CAFÉ</b><br/>25 g Café soluble<br/>50 g Sucre<br/>1 L d'Eau</p>   | <br>30 sg |  | <br>5 |
| <p><i>Réserver 750 g dans le congélateur jusqu'à 0 °C.</i></p>  |  |   |  |
|  <p>250 g Café antérieur<br/>8 Feuilles de gélatine hydratées<br/>Café restant à 0°C</p> | <p>1 min<br/>1 min</p>   | <p>50°</p>  | <p>2<br/>5<br/>6</p>   |
| <p><i>Ajouter lentement, mouler et réfrigérer.</i></p>  |  |   |  |

## exemple "Mousses"

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <p><b>MOUSSE À LA FRAISE</b><br/>500 g Fraises</p>   | <br>2 min |  | <br>10 |
| <p><i>Filter avec une fine passoire et réserver.</i></p>   |  |   |   |
|  <p>150 g d'Eau<br/>150 g Sucre</p> | <p>4 min</p>   | <p>120°</p>   | <p>2</p>  |
| <p>3 Feuilles de gélatine hydratées et égouttées<br/>Purée de fraise</p>   | <p>10 sg<br/>10 sg</p>   |   | <p>3<br/>3</p>  |
| <p><i>Remplir le siphon d'eau de Seltz, charger et réserver en position horizontale dans le réfrigérateur.</i></p>   |  |   |   |

## exemple "Sauce"

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  <p><b>BÉCHAMEL</b><br/>120 gr Beurre<br/>120 gr Farine</p> | <br>1 min<br>3 min | <br>80°<br>80° | <br>3<br>3 |
| <p>1,5 L Lait<br/>Sel<br/>Poivre blanc moulu<br/>Noix de muscade</p>   | <p>15 min</p>   | <p>100°</p>   | <p>3</p>  |



|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <b>AÏOLI</b><br> 20 gousses d'ail<br>Jus d'1 citron<br>50 g huile d'olive<br>Sel | <br>30 sg |  | <br>10 |
| <i>Descendre les résidus à l'aide de la spatule.</i>   |  |   |   |
|  | 30 sg  |   | 10  |
| <i>Avec Mycook en marche à la vitesse 6, ajouter de l'huile d'olives par l'orifice du couvercle.</i>   |  |   |   |

### esempio "Cocktail"

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <b>GIN FIZZ</b><br>80 gr Sucre   | <br>20 sg |  | <br>10 |
|  80 gr Gin<br>40 gr Jus de citron<br>8 Glaçons          | 30 sg  |   | 1   |
| <i>Enlever la spatule mélangeuse et filtrer avec une passoire. Remplir les coupes (2 doigts) et finir avec le siphon d'eau de Seltz.</i> |  |   |   |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|  <b>BLOODY MARY</b><br>5 Gouttes de Tabasco<br>20 g jus de citron<br>Poivre noir moulu<br>Sel<br>Sauce Worcestershire<br>8 glaçons<br>80 g Vodka<br>300 g jus de tomate | <br>30 sg |  | <br>1 |
| <i>Enlever la spatule mélangeuse et filtrer avec une passoire. Servir avec du céleri.</i>   |  |   |  |



## Kalte texturierung

Allgemeine Regeln, um kalte Texturierungen durchzuführen: Bevor Sie beginnen, vergewissern Sie sich zuerst, ob sowohl die Messer als auch die Kanne trocken sind.

Passen Sie auf, sobald Sie die Zeit programmieren, wenn Sie etwas zermalmen, pulverisieren, reiben, hacken, zerkleinern oder mahlen wollen, da das selbe Produkt bei Obst und Gemüse je nach Jahreszeit oder Reifheit verschieden hart sein kann. Daher sollten Sie immer eine ein bisschen niedrigere Zeit einstellen, um nicht zu übertreiben.

Arbeiten Sie immer mit einer ausreichenden Menge, damit die Messer immer bequem arbeiten können.

Falls Sie mit kleinen Mengen arbeiten wollen, fügen Sie die Zutaten durch das Loch direkt über die Messer ein, während das Gerät eingeschaltet ist.

Wenn Sie mit sehr harten Nahrungsmitteln arbeiten, betätigen Sie mehrere Male die Turbotaste, um diese kleinzuhacken.

### Zerkleinern

Suppen, Gemüse oder Eintopfgerichte, bei denen Sie eine geeignete Größe erreichen wollen, um die Stücke mit einer Gabel stechen können.

Sie müssen die Nahrungsmittel immer als einheitliche Stücke einfügen, um ein so ähnliches Ergebnis wie möglich zu erzielen.

Sie können zerkleinern: Kartoffeln, Zwiebeln, Blattgemüse, Karotte, Sellerieknolle, Rotkohl, usw. Für diese Funktion sind die Geschwindigkeiten 4 und 5 am besten geeignet.

### Pulverisieren

Zucker, Reis, Mais, Hülsenfrüchte, Schokolade, Muskatnuss, Keks, Trockenfrüchte, Karamell, usw. Um etwas gut zu pulverisieren arbeiten Sie mit der höchsten Geschwindigkeit, indem Sie diese schrittweise steigern. Mit diesem Vorgang können Sie hervorragendes Mehl erzeugen, wie zum Beispiel Kichererbsen-Mehl.

Wenn Sie mit sehr harten Nahrungsmitteln arbeiten, betätigen Sie mehrere Male die Turbotaste, bevor Sie von einer Geschwindigkeit auf die nächste usw. wechseln, um diese kleinzuhacken.

Um 550 g an harte Schokolade zu pulverisieren, programmieren Sie 15 Sekunden mit der Geschwindigkeit 10.

## Emulgieren

*Mayonnaisen, Essigsossen.* Die geschwindigkeit 6 ist für diesen vorgang am besten geeignet, den man bei eingeschaltetem gerät durchführen kann, indem man das öl durch das loch gießt.

*Heiße Cremen (englische, Sabayon, usw.).* Geschwindigkeiten zwischen 3 und 5.

*Trüffel, Ganache.* Durchschnittliche Geschwindigkeit 5 – 6.

*Pralinés.* Hohe Geschwindigkeiten.

## Zermalmen

Kaffee, grobes salz, pfefferkerne, chili, scharfe paprika, lorbeer, schalen von zitrus-früchten, usw. Ideal für die Zubereitung von Gewürzen oder Marinaden mit feinen Kräutern. Fügen sie die zutaten in das gerät ein und arbeiten sie mit geschwindigkeiten zwischen 7 – 10, bis sie das gewünschte ergebnis erreicht haben.

## Hacken

Mycook kann auch als Hackmaschine angewendet werden. Im Allgemeinen werden die Geschwindigkeiten 7 – 10 angewendet. Um Fleisch zu hacken, verwenden Sie die Geschwindigkeit 8.

Sie können Eis für Cocktails hacken. Legen Sie Eiswürfel hinein, bis Sie die Messer bedecken, und hacken Sie mit der Geschwindigkeit 6 ungefähr 20 bis 30 Sekunden lang. Sie können auch trockene früchte, essiggemüse, harte eier, usw. mit der geschwindigkeit 6 hacken, wobei sie die zeit je nach gewünschte dicke beachten müssen.

## Mahlen

Kalte und heiße Suppen, Säfte, Cremen, Sossen und Bree. Die Geschwindigkeit stufenweise steigern, wobei Sie mit der niedrigsten beginnen und die höchste 2 bis 3 Minuten anwenden. Wenn Sie mit heißen Nahrungsmitteln arbeiten, verwenden Sie bitte das Dosierglas auf dem Deckel als Sicherheitsmaß, um Spritzer und Verbrennungen zu vermeiden.

## Reiben

Kaltes Gemüse sowie Karotten, Zwiebeln, rote Bete oder Rettich für Salate. Trockenes Brot, Käse, Trockenobst. Arbeiten Sie ungefähr 10 – 20 Sekunden lang mit den Geschwindigkeiten 5 und 6 je nach Härte des Nahrungsmittels und der gereibten Menge.

## Techniken mit temperatur

### Aromatisierte Öle

Dank der Temperaturkontrolle der Mycook (zwischen 40° C und 120° C) können Sie

etwas mit niedrigen Temperaturen kochen, sowie Kandierungen oder aromatisierte Öle.

## Anbraten

Die Geschwindigkeit 1 oder “Sofrito-Geschwindigkeit” ist ein exklusives System von Mycook, mit dem Sie Sofrito, Base für Sossen, Cremen und anderes warm zubereiten können. Der Vorteil dieser speziellen Geschwindigkeit ist, dass es nicht notwendig ist, das Gemüse kleinzuschneiden, da das Messer alle 5 Sekunden schneller wird und die Nahrungsmittel im Innern der Kanne kleinschneidet.

## Schokolade schmelzen

Mit den minimalen Temperaturen 40 °C und 50 °C können Sie Schokolade schmelzen und danach wieder härten.

## Schäume

Dank der Temperaturregelung und Geschwindigkeit der Mycook können Sie jegliche Arten von Schäume für Siphone erzeugen.

# Andere Techniken

## Mischflügel

Sahne und Eiweiß schlagen (1 Minute pro Eiweiß). mit der Geschwindigkeit 5. weicher Teig (Biskuit, Crêpes, usw.). Mit der Geschwindigkeit 4. Cremen, Wolken, Lüfte, Schwämme, Gelatine, Agar-Agar. Geschwindigkeiten zwischen 4 und 6.

## Kneten

Mycook verfügt über eine “Knetegeschwindigkeit”. Extra dafür gedacht, harten, süßen oder salzigen Teig zu erzeugen. (Pizza, frische Pasta, Brise, usw.) Legen Sie die Zutaten in das Gerät, programmieren Sie die notwendige Zeit und drücken Sie auf die Taste “Kneten”.

## Cocktailerie

Indem Sie den Mischflügel an dem Messer anbringen und mit der “Sofrito-Geschwindigkeit” arbeiten, können wir jede Art von Cocktails erzeugen.

Der Mischflügel schüttelt den Cocktail mittels der “Sofrito-Geschwindigkeit” lange genug, um das Getränk abzukühlen, ohne dass das Eis zerbricht oder schmilzt. Zum Schluss wird der Mischflügel entfernt und der Filter angewendet, um den Cocktail zu filtern.

## beispiel "Zerkleinern"

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <b>GUACAMOLE</b><br>1 Knoblauchzehe ohne Keim<br>100 g Frühlingszwiebel<br>200 g geschälte und entkernte Tomate<br>Saft 1/2 Zitrone<br>Korianderblätter<br>1 grüner Chili<br>Salz / Gemahlener schwarzer Pfeffer | <br>10 sg |  | <br>6 |
| <i>In einer Schüssel zurückbehalten</i>  |  |   |  |
| 500 g Avocado<br>50 g jungfräuliches Olivenöl  | 10 sg  |   | 6  |
| <i>Die vorherige schüssel hinzugeben und mit nachos servieren.</i>   |  |   |  |

## beispiel "Emulgieren"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>MANDELPRALINÉ</b><br>200 gr frittierte Mandeln<br>50 gr Öl |  |  | <br>10 |
|---|---|---|---|

## beispiel "Anbraten"

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <b>STEINPILZPUDDING</b><br>50 g Öl<br>2 Knoblauchzehen<br>1 große Zwiebel bis zu 1/4<br>800 g Steinpilze   | <br>1 min<br>2 min<br>7 min<br>10 min | <br>120°<br>120°<br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br>1<br>1 |
| 250 g Flüssigsahne<br>250 g Milch<br>6 Eier<br>Gemahlener schwarzer pfeffer<br>Salz  | 2 min  |   | 10  |
| <i>In wasser getaucht 1 stunde in den ofen stellenwieder in die mycook schütten und mit der geschwindigkeit 10 zermalmen, bis eine feine textur erreicht wird.</i> |  |   |   |

## beispiel "Öle"

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <b>ZIMTÖL</b><br>50 g Zimtweig<br>500 g Olivenöl 0,4°   | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |
| <b>THYMIANÖL</b><br>10 g Thymian<br>500 g Olivenöl 0,4° | <br>20 min | <br>50° | <br>2 |

## beispiel "Schäume"



|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <b>ALGENSCHAUM</b><br>50 g Olivenöl<br>150 g Porree<br>2 Hummerköpfe   | <br>1 min<br>6 min | <br>120°<br>120° | <br>2<br>1<br><b>TURBO</b> |
|  | 5 min   | 120°  | 2   |
| 1 L Wasser. Salz<br>10 g Grüner Tee  | 10 min<br>10 min  | 120°<br>120°  | 2<br>2  |
| <i>Brühe sieben.</i>   |   |   |   |
| Hummerbrühe<br>10 g Meeresspaghetti als pulver<br>10 g Kombupulver<br>10 g Meeressalat als pulver<br>20 g Wakamepulver | 7 min   | 120°  | 3   |
| <b>TURBO</b>   |   |   |   |
| <i>Zurückbehalten.</i><br>150 g Eiweiß<br>350 g Algencreme   | 3 min   |   | 3   |
| <i>Siphon füllen und in Wasser tauchen ( 70°C). Heiß servieren.</i>  |   |   |   |

## beispiel "Schmelzen"

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>SCHWARZE SCHOKOLADE TEMPERIEREN</b>  |  |  |  |
| 1 kg schwarze Schokolade  | 2'5 min   | 50°   | TURBO<br>2  |
| <i>3/4 der schokolade auf den marmor legen. arbeiten sie mit zwei wendern, bis sie temperaturen von 28°C erreichengeben sie den rest der schokolade hinzu und erhöhen sie auf 31°C.</i> |   |   |   |
| <b>MILCHSCHOKOLADE TEMPERIEREN</b>  |  |  |  |
| 1 Kg Milkschokolade   | 3 min   | 40°   | TURBO<br>2  |
| <i>3/4 der schokolade auf den marmor legen. arbeiten sie mit zwei wendern, bis sie temperaturen von 25°C erreichengeben sie den rest der schokolade hinzu und erhöhen sie auf 29°C.</i> |   |   |   |
| <b>WEISSE SCHOKOLADE TEMPERIEREN</b>  |  |  |  |
| 1 kg weiße Schokolade   | 3 min   | 40°   | TURBO<br>2  |
| <i>3/4 der schokolade auf den marmor legen. arbeiten sie mit zwei wendern, bis sie temperaturen von 24°C erreichengeben sie den rest der schokolade hinzu und erhöhen sie auf 28°C.</i> |   |   |   |



## beispiel "Schlagen"

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <b>EIWEISS SCHLAGEN</b>  |  |  |  |
|  10 Eiweiß | 10 min  |   | 5   |

## beispiel "Wolke"

|   |  |  |  |
|---|---|---|---|
| <b>APFELWOLKE</b>   |   |   |   |
| 100 g Apfelsaft   | 30 sg   | 40°   | 2   |
| 4 Blätter wasserhaltige Gelatine  | 20 sg   |   | 3   |
| 400 g Apfelsaft   | 20 sg   |   | 3   |
| <i>Die Kanne direkt 10 Minuten in den Kühlschrankstellen.</i>   |   |   |   |
|   | 2 min   |   | 6   |
| <i>Nachdem sie sie ein bisschen ziehen lassen, den oberen teil entfernen nach bedarf können sie die wolke einfrieren.</i> |   |   |   |

## beispiel "Kneten"

|  |  |  |  |
|--|---|---|---|
| <b>FRISCHE PASTA</b>                                 |   |   |   |
| 3 Eigelbe  |   |   |   |
| 2 Eier   |   |   |   |
| 30 g Öl  |   |   |   |
| 30 g Wasser  |   |   |   |
| Salz   | 30 sg   |   | 4   |
| 250 g Mehl   | 2 min   |   | <b>AMASADO</b>  |
| <i>1 Stunde ziehen lassen, ausrollen und kochen.</i> |   |   |   |

## beispiel "Creme"

|                        |  |  |  |
|------------------------|---|---|---|
| <b>KONDITOREICREME</b> |   |   |   |
| 1 L Milch              |   |   |   |
| 8 Eigelbe              |   |   |   |
| 200 g Zucker           |   |   |   |
| 80 g Maisstärke        |   |   |   |
| Zitronenschale         | 10 min  | 100°  | 3   |
|                        | 1 min   |   | 3   |
| <b>ENGLISCHE CREME</b> |   |   |   |
| 1 L Milch              |   |   |   |
| 150 g Zucker           |   |   |   |
| 10 Eigelbe             | 20 min  | 90°   | 3   |
|                        | 3 min   |   | 3   |

## beispiel "Weiche Massen"

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| <b>FALSCHES KAFFEEBISKUIT</b>  |  |  |  |  |
|  | 25 g löslicher Kaffee<br>50 g Zucker<br>1 L Wasser   | 30 sg   |   | 5   |
| <i>750 g im Gefrierschrank zurückbehalten, bis 0°C erreicht werden.</i>          |  |   |   |   |
|  | 250 g des vorherigen Kaffees<br>8 Blätter wasserhaltige, Gelatine<br>Restlicher Kaffee bei 0°C | 1 min<br>1 min  | 50°   | 2<br>5<br>6   |
| <i>Langsam hinzugeben, In eine Form gießen.</i>                                  |  |   |   |   |

## beispiel "Schäume"

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
| <b>ERDBEERSCHAUM</b>  |  |  |  |  |
|   | 500 g Erdbeeren  | 2 min   |   | 10  |
| <i>Mit einem feinen Sieb sieben und zurückbehalten.</i>                                 |  |   |   |   |
|         | 150 g Wasser<br>150 g Zucker                                 | 4 min   | 120°  | 2   |
|   | 3 Blätter wasserhaltige, abgetropfte Gelatine<br>Erdbeerbrei | 10 sg<br>10 sg  |   | 3<br>3  |
| <i>Siphon auffüllen und in einer horizontalen position im kühlshrankzurückbehalten.</i> |  |   |   |   |

## beispiel "Soßes"

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| <b>BECHAMEL</b>  |  |  |  |  |
|  | 120 g Butter<br>120 g Mehl                                     | 1 min<br>3 min  | 80°<br>80°  | 3<br>3  |
|  | 1'5 L Milch<br>Salz<br>Gemahlener weißer Pfeffer<br>Muskatnuss | 15 min  | 100°  | 3   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|  <b>ALIOLI</b><br>20 Knoblauchzehen<br>Saft 1 Zitrone<br>50 g Olivenöl<br>Salz |  |  |  |
|   | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Überreste mit dem Wendernach unten drücken.</i>  |   |   |   |
|   | 30 sg   |   | 10  |
| <i>Mit der Mycook bei geschwindigkeit d 6 olivenöl je nach bedarf über den deckel hinzugeben.</i>   |   |   |   |

### beispiel "Cocktailerie"

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  <b>GIN FIZZ</b><br>80 g Zucker<br>80 g Gin<br>40 g Zitronensaft<br>8 Eiswürfel |  |  |  |
|  | 20 sg   |   | 10  |
|  | 30 sg   |   | 1   |
| <i>Den Mischflügel entfernen und mit einem sieb siebendie gläser füllen (2 finger) und mit dem syphon bearbeiten.</i>  |   |   |   |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
|  <b>BLOODY MARY</b><br>5 Tropfen Tabasco<br>20 g Zitronensaft<br>Gemahlener schwarzer Pfeffer<br>Salz<br>Worcestershire Soße<br>8 Eiswürfel<br>80 g Vodka<br>300 g Tomatensaft |  |  |  |
|   | 30 sg  |  | 1  |
| <i>Den Mischflügel entfernen und mit einem Sieb sieben (der Mischflügel soll Ihnen dabei behilflich sein). Mit einer Seleriestange servieren.</i>   |  |  |  |









**taurus**  
PROFESSIONAL

code 063.062