

*Moulinex*<sup>®</sup>

A presente edição segue a grafia do novo Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa

© 2016 Moulinex todos os direitos reservados

[consumidor@moulinex.com](mailto:consumidor@moulinex.com)

[www.chefmoulinex.pt](http://www.chefmoulinex.pt)

[facebook.com/moulinexportugal](https://facebook.com/moulinexportugal)

Proibida a reprodução, total ou parcial, do conteúdo desta publicação

**Título**

*Receitas Indispensáveis para o seu robot Cuisine Companion*

**Editor**

Moulinex

**Receitas e consultadoria técnica**

Isabel Zibaia Rafael

**Fotografia**

Isabel Zibaia Rafael e Ricardo Rafael

**Revisão**

Silvina de Sousa

**Design e paginação**

Agência das Letras

**Capa**

Marina Bargado

**Impressão e acabamento**

NORPRINT – a casa do livro

**ISBN**

978-989-99563-0-8

**Depósito legal**

405 968/16

**1ª edição**

Março de 2016

# Moulinex®

cuisine companion robot de cozinha

corta, prepara e cozinha



## TUDO NUM ROBOT DE COZINHA!

A **Moulinex** apresenta-lhe o robot multifunções **Cuisine Companion**, que lhe permite confeccionar de forma rápida todo o tipo de pratos, **desde a entrada até à sobremesa!**

Ele corta, pica, tritura, coze, aquece, salteia, amassa, bate claras em castelo, emulsiona, cozinha a vapor e muito mais.

*Tudo para que possa ter mais tempo livre para fazer o que mais gosta!*



## O que posso fazer com o meu Robot Cuisine Companion?

O seu Robot Cuisine Companion permite-lhe obter inúmeros resultados graças aos seus acessórios e temperaturas...

### **Picar, triturar e cortar**

Agora já não precisa de fazer as ingratas tarefas de cortar e picar alho ou cebola, carne ou legumes, pois o seu robot faz tudo por si, graças às duas lâminas de elevada qualidade! Regule a velocidade de 5 a 12 consoante o nível de trituração que pretende. Opte por velocidades mais elevadas para picar mais fino (10 a 12) ou o botão turbo para atingir a velocidade máxima num só clique (12). O robot pica, corta ou tritura os alimentos diretamente na taça, deixando-os prontos a cozinhar! É tão prático...

### **Aquecer, refogar, guisar e cozer**

Com o seu robot, deixa de se preocupar com a panela ao lume e de ter receio de queimar os seus alimentos! Ele cozinha na perfeição os ingredientes com as temperaturas adequadas (de 30°C a 130°C) e texturas perfeitas (graças às velocidades intermitentes, pode misturar lentamente os ingredientes sem os danificar) – ideal para guisados!

### **Amassar e misturar**

Amassar e misturar alimentos não é tarefa fácil! Agora, com o seu robot e graças à lâmina para amassar/triturar, pode preparar sem esforço massa para pão, *pizza*, quiches, crepes ou panquecas para os mais gulosos. Misture ainda de forma rápida os ingredientes para os seus bolos ou sobremesas e ganhe tempo para desfrutar depois do resultado com quem mais gosta! Programe entre a velocidade 3 (para massas leves) até à velocidade 10 (para massa de crepes ou *waffles*).

## **Emulsionar e bater**

Quem não gosta de um *chantilly* perfeito ou de uma maionese caseira? Com o seu robot e o acessório batedor, pode bater claras em castelo, fazer *chantilly*, emulsionar maionese, entre outros molhos e cremes, na perfeição! De acordo com os pretendidos, programe da velocidade 4 (molhos ou acompanhamentos) à velocidade 7 (claras em castelo, maionese ou *chantilly*).

## **Moer e pulverizar**

Pique alimentos rijos e reduza-os a pó num instante! Para isso utilize a sua taça bem seca com a lâmina de amassar/triturar numa velocidade elevada (10 a 12). O resultado irá depender da quantidade de alimentos que colocou na taça e da dureza dos mesmos. Se pretender pulverizar poucas quantidades, é aconselhável a colocação do cesto de cozedura a vapor, para que os ingredientes fiquem mais restringidos à zona da lâmina.

## **Cozinhar a vapor**

Cozinhe de forma saudável desde carne, até peixe e legumes para toda a família. Este tipo de cozedura permite preservar os nutrientes dos alimentos, tornando as suas refeições mais saudáveis!

Utilize o cesto de cozedura a vapor interior em inox, que vem com o robot, para cozinhar os legumes, carne ou peixe ou, se preferir uma utilização mais completa, adquira o acessório exterior panela de vapor, para cozinhar até quatro níveis em simultâneo (consulte a pág. 16 do livro).

# PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS



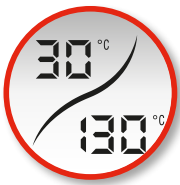
## 6 programas automáticos

Para cozinhar de forma prática e rápida molhos, sopas, guisados, estufados, refogados, massas, sobremesas e ao vapor.



## Tampa transparente

Com sistema patenteado de libertação de vapor que lhe permite acompanhar a confeção e regular a quantidade de saída do vapor.



## Temperatura ajustável

Desde 30°C até 130°C (ajustável de 5 em 5 graus). Permite-lhe desde levar as suas massas até fazer o refogado perfeito!



## Tamanho familiar

Taça de inox com uma capacidade total de 4,5 litros. Agora já pode cozinhar de uma só vez para toda a família!



## 12 velocidades

Adaptadas às receitas, ingredientes e texturas pretendidas:

- **Exclusivo: 2 velocidades intermitentes**, ideais para uma mistura suave, sem danificar os alimentos.
- **10 velocidades regulares**



## Função pulse/turbo

Função **pulse** para pulverizar automaticamente frutos secos e gelo e função **turbo** para obter a velocidade máxima. É tão prático!



## Fabricado em França

Produzido com **materiais de elevada qualidade**. A sua robustez confere-lhe uma utilização sem trepidação, não necessitando assim de vigilância. Desfrute de mais tempo livre enquanto o robot cozinha por si!

## Acessórios incluídos

Com estes acessórios muito práticos de trocar, irá obter **resultados perfeitos**, uma vez que cada um deles foi especificamente concebido para cada tipo de função/resultado, não danificando assim alimentos delicados.



### Lâmina picadora

Utilize-a para trituração das sopas a seu gosto, para trituração de compotas e para picar legumes, carne ou peixe.



### Lâmina para amassar/triturar

Faça a sua própria massa de pão, de bolos e massas levedadas. Também pode ser utilizada para trituração de frutos secos, bem como para picar gelo e alimentos rijos.



### Acessório batedor

Utilize-o para bater as claras em castelo na perfeição, bem como para fazer o seu *chantilly* e maionese, entre outros molhos e cremes.



### Acessório misturador

Uma ajuda indispensável para fazer os seus refogados, guisados e também para preparar um ótimo *risotto*. Envolve delicadamente os alimentos sem os danificar.















### Cesto de cozedura a vapor em inox

Utilize-o para cozer os legumes, peixe ou carne. Também é bastante útil para fazer sopa com pedaços.

*O seu robot vem ainda equipado com uma espátula de silicone, um escovilhão para limpeza e uma caixa de arrumação dos acessórios.  
Nota: consulte a pág. 16 para conhecer os acessórios vendidos em separado.*

## Tabela de utilização dos acessórios

					
Lâmina picadora 	Triturar sopas	12	30 min	2,5 L	100°C
	Triturar compotas	12	40 s	1 kg	100°C
	Picar legumes	12	15 s	1 kg	100°C
	Picar carne	12	30 s	1 kg	100°C
	Picar peixe	12	15 s	1 kg	100°C
Acessório misturador 	Refogados	3	5 min	500 g	130°C
	Cozedura lenta	1	45 min	2,5 L	95°C
	<i>Risottos</i>	2	22 min	1,5 kg	95°C
Acessório batedor 	Claras em castelo	7	5/10 min	7 ovos	
	Maionese e <i>chantilly</i>	7	2/5 min	0,5 L	
	Molhos, cremes, acompanhamentos (puré de batata, polenta)	4 a 7	1/20 min	1 L	60>90°C
Lâmina para amassar/triturar 	Amassar massas de pão branco	5	2 min 30 s	1,2 kg	
	Amassar massas quebradas, areadas, pão especial	5	2 min 30 s	1 kg	
	Amassar massas levedadas	+ 5	1 min 30 s	0,8 kg	
		6	2 min		
	Misturar massas leves (bolos)	+ 3	40 s	1 kg	
		9	3 min		
	Triturar frutos com casca	12	1 min	0,6 kg	
	Picar alimentos rijos	12	1 min	0,6 kg	
Picar gelo	12	1 min	6 a 10 cubos		
Massa de crepes, <i>waffles</i>	10	1 min	1,5 L		
Cesto de cozedura a vapor 	Cozedura a vapor de legumes peixes ou carnes		20/40 min	1 kg	100°C
	Sopas com pedaços	12	3 min	2,5 L	100°C
Tampa reguladora de vapor 	Tampa de regulação de extração de vapor Pouco vapor (a) – cozedura a vapor Muito vapor (b) – <i>Risotto</i> , cremes de sobremesa, molhos...			(a) 	(b) 

## Como utilizar o seu Robot Cuisine Companion?

É tão simples...



Selecione  
o acessório



Coloque os  
ingredientes



Selecione  
o programa  
automático ou  
o modo manual

**E prepare uma grande variedade de receitas,  
sempre perfeitas, num piscar de olhos!**



## 6 PROGRAMAS AUTOMÁTICOS EXCLUSIVOS

Para cozinhar de forma rápida todas as suas receitas,  
com um simples toque de um dedo!



*Painel de controlo  
intuitivo e fácil  
de utilizar*

## Os 6 programas automáticos em detalhe

Com os 6 programas automáticos exclusivos do seu Robot Cuisine Companion, vai poder programar de forma rápida e fácil todo o tipo de cozinhados, para que desfrute de mais tempo livre no seu dia a dia!

### Programa de molhos



Os molhos revelam o sabor dos alimentos.

Este programa convida-o a momentos de prazer nas suas refeições diárias.

Enriqueça os seus pratos sem esforço, uma vez que o robot cozinha e mistura os seus molhos em simultâneo, para que fiquem com a textura perfeita e sem grumos!



### Programa de sopas



Uma sopa de qualidade é uma excelente forma de iniciar a refeição. O programa de sopas ajuda a redescobrir o prazer de comer uma boa sopa.

Este programa coze, tritura e mistura automaticamente, preparando saborosas sopas aveludadas (P1) ou com pedaços (P2), apenas com um simples clique no programa desejado.

### Programa de cozedura lenta



Um bom processo de cozedura é essencial para o sabor e textura do cozinhado. Este programa permite refogar, estufar e guisar sempre no ponto.

O programa de cozedura lenta é ideal para refogar (P1), guisar ou estufar (P2 e P3) os seus pratos de carne, peixe ou legumes. Será ainda um grande aliado na preparação de um agradável *risotto*, proporcionando-lhe uma saborosa viagem a Itália!



## Programa de cozer a vapor



A preparação de menus saborosos e equilibrados torna-se muito fácil com este programa.

Ideal para cozinhar a vapor um bom peixe ou carne acompanhados de legumes (P1 ou P2). Irá adorar cozinhar a vapor!



## Programa de massas



Para fazer pão, massa de *pizza* e bolos na perfeição requer um amassar e um misturar específicos.

O programa de massas ajuda a revelar o seu talento e criatividade, resultando em deliciosas refeições (P1, P2 e P3).

## Programa de sobremesas















Uma boa sobremesa é a melhor forma de terminar uma refeição. Com este programa dedicado, faça a sua sobremesa favorita de forma fácil.

Ideal para preparar aquelas sobremesas cremosas com rapidez, perfeito para as visitas inesperadas!



## Tabela de utilização dos programas automáticos

	Molho	Sopa P1	Sopa P2	Cozedura lenta P1	Cozedura lenta P2	Cozedura lenta P3
Programas automáticos						
Velocidade por defeito (ajustável)	V6 (V2 a V8)	10 impulsos e V12 durante 2 min	10 impulsos	V3	V1	V2
Temperatura por defeito (ajustável)	70°C (50°C a 100°C)	100°C (90°C a 100°C)	100°C (90°C a 100°C)	130°C (não ajustável)	95°C (80°C a 100°C)	95°C (80°C a 100°C)
Tempo por defeito (ajustável)	8 min (5 a 40 min)	40 min (20 a 60 min)	45 min (20 a 60 min)	5 min (2 a 15 min)	45 min (10 min a 2 h)	20 min (10 min a 2 h)
Manutenção a quente «por defeito» no fim do programa	45 min	45 min	45 min		45 min	45 min
Velocidade do motor durante a fase da manutenção a quente	V4				5s ON na V3 / 20s OFF	10s ON na V3 / 10s OFF
	Cozedura a vapor P1	Cozedura a vapor P2	Massa P1	Massa P2	Massa P3	Sobremesa
Programas automáticos						
Velocidade por defeito (ajustável)			V5 durante 1 min 30 s, depois V6 durante 2 min	V5 durante 1 min 30 s, depois V6 durante 2 min	V5 durante 40 s, depois V9 durante 3 min	V4 (V2 a V8)
Temperatura por defeito (ajustável)	100°C (não ajustável)	100°C (não ajustável)				90°C (50°C a 110°C)
Tempo por defeito (ajustável)	30 min (1 a 60 min)	35 min (1 a 60 min)	2 min 30 s (30 s a 2 min 30 s)	3 min 30 s (30 s a 3 min 30 s)	3 min 40 s (40 s a 3 min 40 s)	15 min (5 a 60 min)
Manutenção a quente «por defeito» no fim do programa	45 min	45 min				45 min
Velocidade do motor durante a fase da manutenção a quente						V4
Levedação da massa 30°C «por defeito» no fim do programa			40 min	40 min		

## Modo manual

Há dias em que nos sentimos especialmente criativos e com vontade de inovar. Com a Cuisine Companion, também pode utilizar essa criatividade!

Se desejar alterar as receitas que lhe propomos ou criar as suas, o modo manual permite-lhe ajustar um conjunto de parâmetros:



Regulação  
de velocidade



Regulação  
de temperatura



Regulação  
de intervalo de tempo



Inicie a sua  
nova receita

## Tempos de cozedura a vapor

Para cozinhar a vapor é necessário colocar 0,7 l de água na taça (marca assinalada no interior).

Ingredientes	Quantidades (máx.)	Tempo de cozedura
Batatas	1 kg	30 min
Cenouras	1 kg	30 min
Curgetes	800 g	20 min
Pastinaca ou Cherivia	800 g	25 min
Alho-francês	800 g	25 min
Feijão-verde	800 g	30 min
Brócolos	500 g	20 min
Peixes	600 g (em papelote)	15 min
Carnes brancas	600 g (em papelote)	20 min

Algumas receitas podem transbordar devido ao aparecimento de bolhas, particularmente aquando da utilização de legumes congelados. Neste caso, deve reduzir os volumes em conformidade.

## Conheça os novos acessórios para o seu Robot Cuisine Companion

Complemente o seu Robot Cuisine Companion com estes acessórios exteriores, que permitirão preparar muitas outras receitas e ganhar tempo!

### Acessório cortador/ralador • Ref. XF383110

Agora já pode **cortar e ralar os seus ingredientes** utilizando o Robot Cuisine Companion.

O **acessório cortador/ralador** permite:

- Preparar alimentos diretamente para a taça
- Poupar tempo devido à sua chaminé de enchimento duplo
- Confeccionar todo o tipo de receitas graças às suas 5 funções

**Características:**

- 3 discos reversíveis
- Funções cortar fino e grosso, ralar fino e grosso e ralar queijo
- Arrumação integrada dos discos na taça




### Panela de vapor • Ref. XF384B10

A Panela de Vapor da Cuisine Companion permite **preparar refeições saudáveis** e saborosas para a sua família. Graças à **grande cuba de vapor** e ao **tabuleiro de vapor superior** posicionados em cima da taça, é possível cozinhar em **2 níveis adicionais** e em simultâneo! Consegue preparar ao mesmo tempo vários pratos e até **4 receitas de uma só vez!**

**Características:**

- 4 níveis de cozedura
- Capacidade total: 3,7 l
- Tabuleiro de recolha de sucos: previne mistura de sabores
- Cuba de vapor em inox
- Tampa em vidro



 Veja o vídeo destes acessórios no canal do Youtube da Moulinex Portugal

CONHEÇA AGORA O NOVO SITE DE RECEITAS DA MOULINEX

Agora vai ser mais fácil escolher o que preparar para toda a família! Pesquise facilmente graças aos **filtros** que o vão ajudar a decidir o que cozinhar.



Poderá também mostrar o chefe que há em si, **partilhando** todas as suas receitas com a **comunidade de fãs**.

Aproveite ainda a **função lista de compras**, para selecionar os ingredientes que necessita de comprar para a receita que desejar fazer.



Saiba mais em <http://receitas.moulinex.pt>



# Entradas

Mexilhão com tomate	20
<i>Frittata</i> de curgete e frango	22
Bola de <i>bacon</i> e fiambre	24
Empadas de frango	26
<i>Tartelettes</i> de alho-francês com salmão	28
Croquetes de camarão	30
Pataniscas de peixe	32
Patê de sardinha	34
Queques de curgete e queijo	36
<i>Minifrittatas</i> de legumes	38
Madalenas de linguiça	40

# MEXILHÃO COM TOMATE



X 4



45 min.



38 min.

## Ingredientes

- **750 g de mexilhão fresco**
- **1 cebola pequena**
- **2 dentes de alho**
- **3 tomates maduros (aprox. 400 g)**
- **100 ml de azeite**
- **1 cubo de caldo de marisco**
- **50 ml de vinho branco**
- **100 ml de água**
- **2 colheres de sopa de salsa picada**
- **1 colher de chá de sal**
- **Pimenta-branca q.b.**

## Preparação

- 1.** Pique o tomate, limpo de peles e sementes, com a lâmina picadora, na velocidade 11, durante 20 segundos, até formar uma papa. Reserve.
- 2.** Coloque a cebola e o alho na taça. Pique na velocidade 11 durante 10 segundos. Baixe a cebola que ficou nas paredes da taça e pique novamente mantendo a velocidade e tempo.
- 3.** Substitua a lâmina pelo acessório misturador e junte o azeite. Selecione o programa de cozedura lenta P1 durante 5 minutos e 30 segundos.
- 4.** Adicione o tomate, o cubo de caldo, o vinho branco e a água. Tempere com sal e pimenta a gosto. Coloque os mexilhões, previamente limpos, no cesto de vapor e programe 20 minutos, na velocidade 3, a 100°C.
- 5.** Retire o mexilhão e reserve.
- 6.** Para apurar o molho, programe na velocidade 3, a 130°C, durante 12 minutos, sem a tampa reguladora de vapor. Adicione a salsa e mexa com a espátula.
- 7.** Regue o mexilhão com o molho e sirva.

*Acompanhe os mexilhões com fatias de pão torrado. Caso o tomate não esteja bem maduro, acrescente uma colher de chá de açúcar para ajudar a cortar a acidez.*



# FRITTATA DE CURGETE E FRANGO



X 4



45 min.



13 min.

## Ingredientes

- ¼ de frango assado
- 1 cebola
- 1 dente de alho
- 30 g de manteiga
- 1 dl de natas
- 150 g de curgete cortada em cubos
- 6 ovos
- 50 g de queijo ralado para polvilhar
- Sal e pimenta q.b.
- Margarina q.b. para untar

## Preparação

1. Coloque a cebola e o alho na taça equipada com a lâmina picadora e pique, na velocidade 11, durante 10 segundos.
2. Substitua a lâmina pelo acessório batedor. Adicione a manteiga e selecione o programa de cozedura lenta P1 durante 5 minutos.
3. Adicione o frango desfiado, a curgete, as natas, os ovos ligeiramente batidos, sal e pimenta a gosto. Misture na velocidade 7 durante 50 segundos.
4. Deite o preparado num recipiente de forno untado com margarina. Polvilhe com o queijo ralado.
5. Leve ao forno, pré-aquecido a 180°C, durante 30 minutos.

*Adicione um raminho de salsa picada.*



# BOLA DE BACON E FIAMBRE



X 12



1 h e 45 min.



4 min.

## Ingredientes

- 4 ovos grandes
- 2 dl de óleo
- 2 dl de leite
- 375 g de farinha
- 2 colheres de chá de fermento em pó
- 200 g de *bacon* cortado em cubos
- 150 g de fiambre cortado em cubos
- 75 g de linguiça cortada
- 1 colher de chá de sal
- 2 gemas para pincelar
- Margarina q.b. para untar o tabuleiro

## Preparação

1. Bata os ovos, na velocidade 6, durante 30 segundos com a lâmina de amassar/triturar.
2. Adicione o óleo, o leite, o sal, a farinha e o fermento e selecione o programa de massas P3.
3. Unte um tabuleiro com margarina. Coloque metade da massa na base, por cima a mistura de *bacon*, fiambre e linguiça e, por fim, a restante massa.
4. Pincelar a superfície com gema de ovo.
5. Leve ao forno pré-aquecido a 190°C durante 50 minutos.

