

#### POSTRES EXQUISITOS

El Mejor Pudín  
de Plátano  
pág. 41



#### SIMPLE Y GOURMET

Broquetas de  
Pollo, Estilo  
Isleño  
pág. 27



#### SENSACIONES QUE DAN GUSTO

Ensalada de  
Fiesta de Frijoles  
pág. 12



La Corporación Tupperware es una compañía multinacional valorada en \$1.1 billones de dólares y una de las empresas líderes en ventas directas, en el mundo. A través de la marca Tupperware, ofrece a sus clientes, en más de 100 países, artículos de calidad para preparar almacenar y servir alimentos. A través de la marca BeautiControl, ofrece productos superiores de belleza, cuidado de la piel y suplementos de nutrición. Las acciones están listadas en la Bolsa de Valores de Nueva York. Sus direcciones en la red son [www.tupperware.com](http://www.tupperware.com) y [www.beauticontrol.com](http://www.beauticontrol.com).

# Tupperware®

©2004 Tupperware Derechos Reservados. Impreso en E.U.A. 2004-061-033 48818

# recetas

VOLUMEN III



Ceviche de  
Langostinos  
pág. 28

El Sabor de  
Tupperware



# contenido

PLANIFICADOR MENSUAL .....5  
LISTA DE COMPRAS .....6

## SENSACIONES QUE DAN GUSTO

Pollo Envuelto en Lechuga .....7  
Salmón Wasabi .....7  
Salsa Wasabi Ranch .....8  
Salteado de Res Oriental .....8  
Wontons Fritos .....9  
Ensalada de Col .....9  
Asado Mediterráneo .....10  
Enrollados de Albóndigas .....10  
Pollo a la Mozzarella .....11  
Relleno Básico de Res .....11  
Mini Pastel Relleno de Carne .....12  
Ensalada de Fiesta de Frijoles .....12  
Guisado Estilo Latino .....13  
Pollo Frito con Buttermilk .....13  
Pollo Asado con Mojo .....14  
Salsa de Queso Roquefort .....14  
Quesadillas de Frijoles y Queso .....15  
Pan de Cerveza .....15  
Ensalada de Pavo Estilo Sudoeste .....16  
Cacerola de Espinaca .....16  
Coliflor Arrebosada con Queso .....17  
Salsa con Teriyaki y Mostaza .....17  
Papas a lo Nuestro .....17  
Albóndigas Isleñas .....18  
Pastel de Papas .....18

## SIMPLE Y GOURMET

Rueditas de Canela .....19  
Pan de Canela .....19  
Pastel de Canela y Pecanas .....20  
Rosca Estilo Danés .....20  
Revuelto a lo Sudoeste .....21  
Huevos y Tostadas al Horno .....21  
Ensalada Bistro .....22  
Ensalada Café .....22  
Crocantes a la Parmesana .....22  
Vinagreta Simple .....23  
Vinagreta de Cítricos .....23  
Ensalada Cremosa de Fruta .....23  
Crostini .....23  
Ensalada de Tomate y Mozzarella .....24  
Bruschetta .....24  
Albóndigas al Minuto .....25  
Salsa Barbacoa Humeante .....25  
Pizza Dulce de Fruta .....25  
Papas Majadas con Aderezos .....26  
Emparedados de Carne y Queso .....26

Broquetas de Pollo Estilo Isleño .....27  
Salsa de Maní para Acompañar .....27  
Ceviche de Langostinos .....28  
Mini-Calzones .....28  
Alitas Picantes .....29  
Salsa Mediterránea .....29  
Pan Pita Tostado .....29  
Creaciones de Galletas de Soda .....30  
Dip Wasabi de Tocino .....30  
Enrollado Mixto .....30  
Emparedados de Pepino .....31  
Redondelas de Jamón y Queso .....31  
Dip Picante Sudoeste .....31  
Champiñones Rellenos .....32  
Pizza de Tomate y Tocino .....32  
Salsa de Duraznos .....33  
Hojuelas de Canela .....33  
Simplemente Salsa .....33  
Taco Nachos Simples .....34  
Sabroso Guacamole .....34  
Dip Mexica-Picante .....34

## POSTRES EXQUISITOS

Budín de Pan con Chocolate .....35  
Pastel Fácil de Chocolate .....35  
Trufas de Brownie .....36  
Barritas de Menta .....36  
Postre "Sirveme" .....37  
Esencia Gloriosa .....37  
Pastelitos de Plátano .....38  
Bolitas de Chocolate con Galleta .....38  
Delicia Triple .....39  
Cobbler Fácil de Fresa .....39  
Pastel de Nueces .....39  
Tarta Cremosa de Coco .....40  
Emparedado Gigante de Helado .....40  
El Mejor Pudín de Plátano .....41  
Galletas Sorpresa .....41  
Tesoros de *Brownie* .....42  
*Brownie* Manía .....42  
Tortuguitas .....42  
Pastel Cargado de Chocolate .....43  
Crocante de Nueces .....43  
Galletas Tortuguitas .....43

## IDEAS PARA REGALAR .....44-45

## CONSEJOS PARA FIESTAS .....46-48

## MEDIDAS/SUSTITUCIONES.....49

## NOTAS .....50

## ÍNDICE .....51

# planificador mensual

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
<b>Domingo</b>	Pollo a la Mozzarella, Risotto y Ensalada Bistro, pág. 11 y 22	Asado Mediterráneo, Couscous y Ensalada, pág. 10	Ensalada de Pavo Estilo Sudoeste, Pan de Cerveza, pág. 15 y 16	Mini-Pastel Relleno, Pasta y Ensalada, pág. 12
<b>Lunes</b>	Pollo Asado con Mojo, Papas a lo Nuestro y Maíz, pág. 14 y 17	Pollo Envuelto en Lechuga, Arroz Blanco y Anejíitas (Snap Peas) pág. 7	Albóndigas Oriental, Salsa de Teriyaki y Mostaza, Wontons Vegetarianos, pág. 9, 17 y 18	Pollo Wasabi, Arroz Oriental y Salteado de Vegetales, pág. 7
<b>Martes</b>	Emparedados de Carne y Queso y Ensalada, pág. 26	Quesadillas de Frijoles y Queso, Arroz Español y Salsa pág. 15	Enrollados de Albóndiga, Bruschetta y Ensalada de Pasta, pág. 10 y 24	Albóndigas BBQ, Papas a lo Nuestro, Coliflor Arrebosada con Queso, pág. 17 y 18
<b>Miércoles</b>	Albóndigas al Minuto con Cacerola de Espinaca, pág. 16 y 25	Broquetas de Pollo Estilo Isleño con Ensalada de Fiesta de Frijoles, pág. 12 y 27	Broquetas de Pollo BBQ con Miel, Papas Asadas y Vainitas, pág. 19 y 27	Enrollados de Albóndigas, Cacerola de Espinaca, pág. 10 y 16
<b>Jueves</b>	Salmón Wasabi, Salsa Wasabi Ranch y Arroz Blanco pág. 7 y 8	Mini-Calzones con Ensalada de Tomate y Mozzarella, pág. 24 y 28	Salteado de Pollo Oriental Arroz Blanco y Calabacines zucchini, pág. 8	Pollo Asado con Mojo, Arroz Español y Frijoles Refritos, pág. 14
<b>Viernes</b>	Mini-Pastel Relleno, Papas Majadas con Aderezos y Ensalada Café, pág. 12, 22 y 26	Guisado Latino con Sobrante de Ensalada de Fiesta de Frijoles, pág. 12 y 13	Tacos, Arroz Español, Ensalada de Fiesta de Frijoles pág. 11 y 12	Pollo Envuelto en Lechuga y Wontons Vegetarianos, pág. 7 y 9
<b>Sábado</b>	Pollo Atómico, Salsa Queso Roquefort y Macarones con Queso, pág. 13 y 14	Pollo Frito con <i>Buttermilk</i> , <i>Tater Tots</i> y Ensalada de Col, pág. 9 y 13	Pizza de Tomate y Tocino, Ensalada Bistro, pág. 22 y 32	Mozzarella de Pollo, Pasta y Ensalada Bistro, pág. 11 y 22

# lista de compras

## semana ①

### Pescado, Res, Aves

- 3 libras de carne molida magra
- 1 libra filete de salmón (4-4 oz.)
- 3.5-4 libras pollo para asar
- 1 libra de lomo fino roast beef en tajadas bien finas (del)
- 1 libra de pechugas de pollo deshuesadas, sin piel
- 1 libra de trozos de pechuga deshuesadas, sin piel

### Vegetales

- 5 libras de papas rojas en bolsa
- 2 dientes de ajo
- 1 lima
- 1 limón grande
- 1-3 libras de cebolla amarilla
- 1 manzana granny smith
- 2 bolsas de lechuga romaine
- 1 bolsa de vegetales verdes surtidos
- Uvas negras sin semilla

### Productos Congelados

- paquete de 16 onzas de maíz
- paquete de 16 onzas de masa hojaldre
- paquete de 10 onzas de espinaca picada

### Productos Secos

- pomo de 13 oz. salsa para pasta
- paquete de 10 oz. de arroz
- bolsa de 2 libras de arroz blanco
- paquete de 10 oz. de macaronis con queso
- 2-latas de 4 oz. de caldo de carne
- pomo de mayonesa
- paquete de pasas surtidas

### Comestibles

- 6 panes estilo italiano
- 2-bolsas de 4 oz. mozzarella fresca
- 8 oz. de queso de bloque (tipo favorito)
- 12 tajadas de queso provolone
- paquete de 8 oz. de queso italiano rallado
- 1 cuarto de suero de mantillo (buttermilk, bajo en grasa)
- paquete de 4 oz. de queso suizo o gorgonzola
- 16 onzas de crema agria
- paquete de 4 oz. de blue cheese en terrones
- paquete de 4 oz. de queso gorgonzola en terrones
- Docena de huevos
- 8 oz. de queso crema neutra/cheat, bajo en grasa
- 16 oz. de aceite de oliva extra virgen
- vinagre balsámico
- mostaza Dijon
- botella de salsa picante
- azúcar granulada
- harina para todo uso
- aerosol antiadherente de cocina
- pan rallado sazonado
- pot. de 8 oz. de piñones o nueces

## semana ②

### Pescado, Res, Aves

- 1 libra de pechugas de pollo deshuesadas, sin piel
- 2 libras de trozos de pechuga deshuesadas, sin piel
- 1 libra de chuletas de cerdo sin hueso
- 2.5 libras de lomo fino de res

### Vegetales

- 1 bolsa de lechuga verde
- 1 lechuga iceberg
- ajo de la Semana 1
- cebollitas de la Semana 1
- 1 lima
- 1 cebolla roja
- 3 tomates maduros de vidia
- 1 manzana granny smith
- 12 onzas de ensalada stew de brocoli en bolsa

### Productos Congelados

- paquete de 10 onzas de arveja china snap peas
- paquete de 16 onzas de tater tots

### Productos Secos

- pomo de tomate sundried en aceite
- pomo de pimientos rojos asados
- pomo de pesto
- caja de 6 oz. de couscous, cualquier sabor
- lata 10 oz. water chestnuts en tajadas
- caja 10 oz. arroz estilo español
- lata 16 oz. frijoles refritos sin grasa
- lata 15 oz. chicharos blackeye
- lata 15 oz. frijoles negros
- 2-latas de 15 oz. tomate picado
- lata de 15 oz. de maíz entero

### Comestibles

- 10 tortillas de harina de 6"
- paquete de 8 oz. de queso cheddar, rallado
- paquete de 8 oz. de queso Mozzarella rallado o queso italiano
- 2-bolsas de 4 onzas de mozzarella fresca
- pomo de salsa Hoisin (sección étnica)
- pomo de miel
- paquete de 12 oz. de panecillos refrigerados
- 13 oz. de salsa para pasta, cualquier sabor
- azúcar de la Semana 1
- paquete pequeño de pepperoni en rodajas
- vinagre de arroz
- aceite de oliva de la Semana 1
- arroz blanco de la Semana 1
- buttermilk, con poca grasa, de la Semana 1
- harina, para todo uso, de la Semana 1
- paquete de broquetas de bambú

## semana ③

### Pescado, Res, Aves

- 3 libras de carne molida magra
- 1 libra de trozos de pechuga deshuesadas, sin piel
- 1 libra de pechugas de pollo deshuesadas, sin piel
- 1 libra de tocino chuleta
- 2.5 libras de pechuga de pavo ahumado (del)

### Vegetales

- 2-paqs. de 1 libra., 4 onzas de papas rojas, en rebanadas
- 1 adado de cebollines
- cebollitas de la Semana 1
- 1 libra de tomates crudos
- ajo de la Semana 1
- albahaca fresca
- calabacin zucchini fresco
- 1 pinta de tomates crudos
- 1 bolsa de lechuga romaine
- 1 manzana granny smith
- 1 cebolla roja

### Productos Congelados

- paquete de 10 onzas de vainitas/habichuelas verdes

### Productos Secos

- lata de 15 oz. de vegetales orientales surtidos para stir fry
- paquete de 8 oz. de pasta
- caja de 10 oz. de arroz español
- lata de 16 oz. frijoles refritos
- lata 15 oz. chicharos blackeye
- lata de 15 oz. de maíz entero
- lata de 12 oz. de cerveza
- pasas surtidas de la semana 1
- paquete de 8 misas para tacos
- salsa para pasta de 8 onzas
- arroz blanco de la Semana 1

### Comestibles

- mayonesa de la Semana 1
- harina para todo uso
- azúcar de la Semana 1
- vinagre balsámico de la Sem. 1
- pan rallado de la Semana 1
- mostaza Dijon de la Semana 1
- 8 oz. de crema agria sin grasa o baja en grasa
- paquete de 8 onzas de queso italiano rallado
- paquete de 8 onzas de queso cheddar rallado
- 8 oz. de queso crema neutra/cheat, bajo en grasa
- paquete de masa para wonton
- 3-paquetes de 8 onzas de panecillos de media luna crescent
- aceite de ajonjolí tostado
- queso Gorgonzola de la Semana 1
- piñones o nueces de la Semana 1
- aceite de oliva de la Semana 1
- broquetas de bambú de la Semana 2
- Ketchup
- salsa de soya lite
- salsa Worcestershire
- pomo de miel de la Semana 2
- huevos de la Semana 1

## semana ④

### Pescado, Res, Aves

- 1 libra de pechugas de pollo deshuesadas, sin piel
- 2 libras de trozos de pechuga deshuesadas, sin piel
- 3.5-4 libras de pollo para asar
- 4 libras de carne molida extra magra

### Vegetales

- cebollitas de la Semana 1
- 2 bolsas de lechuga romaine
- 1 coliflor entera
- papas de la Semana 1
- 1 lima o limón
- 1 lechuga iceberg entera
- Ajo de la Semana 1
- 1 manzana granny smith

### Productos Congelados

- paquete de 16 onzas de vegetales orientales para stir fry
- paquete de 10 onzas de espinaca picada
- masa hojaldre de la Semana 1
- 8 onzas de maíz congelado

### Productos Secos

- 16 oz. de tu pasta favorita
- pomo 26 oz. de tu salsa favorita para pasta
- pomo 13 oz. de salsa favorita para pasta
- caja de 10 oz. de arroz oriental
- caja de 10 oz. de arroz español
- lata de 15 oz. de frijoles refritos
- lata de 15 oz. de vegetales orientales stir fry
- lata de 10 oz. water chestnuts
- arroz blanco de la Semana 1
- pasas surtidas de la Semana 1

### Comestibles

- 2-bolsas de 4 oz. de mozzarella fresca
- 8 oz. de queso de bloque (tu favorito)
- paquete de 8 oz. de panecillos de media luna crescent poca grasa
- paquete de 8 onzas de queso cheddar rallado
- paquete de 8 onzas de queso italiano rallado
- buttermilk bajo en grasa
- paquete de masa para wonton de la Semana 3
- mayonesa de la Semana 1
- pan rallado seco de la Semana 1
- 8 oz. de queso pasteurizado con poca grasa
- mostaza Dijon de la Semana 1
- vinagre balsámico de la Sem. 1
- aceite de oliva de la Semana 1
- aceite de ajonjolí tostado de la Semana 3
- pomo de salsa Hoisin de la Semana 2
- Ketchup de la Semana 3
- aerosol antiadherente para cocinar de la Semana 1
- salsa Worcestershire de Sem. 3
- queso Gorgonzola de la Semana 1
- piñones o nueces de la Semana 1
- azúcar de la Semana 1

### Mezclas de Condimentos ChefSeries™ Necesarias

Canela-Vainilla  
Sabor a Barbacoa  
Sazón Italiano  
Sazón Isleño

Chipotle del Sudoeste  
Jengibre Estilo Oriental  
Wasabi Ranch  
Sazón de Vegetales

Sazón Calun  
Sensación Latina  
Sopa de Papas y Puerro  
Sopa de Frijoles Negros

# sensaciones quedangusto

## pollo envuelto en lechuga

Rinde 8 porciones

Lava la lechuga, separa las hojas y déjalas secar. Calienta la **Sartén Chef Series™ para Freír de 9.5"**, a Fuego Mediano, por 1 1/2-2 minutos. Pica el pollo en trozos de 1/2" y pon a freír, revolviendo con frecuencia. Con la **Máquina Picadora**, pica los *water chestnuts*; añade al pollo y revuelve. Apenas el pollo esté cocido, añade la salsa *hoisin* y Sazonador. Sirve esta mezcla en el centro de las hojas de lechuga, enrolla y sirve de inmediato.

### Variación de la Receta:

**Vegetariana** Reemplaza el pollo con setas/hongos Portobello o berenjenas

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2 enrollados (195g), Porciones por Receta: 4, Calorías 230, Calorías de Grasa 36, Total Graso 4g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 68mg, Sodio 670mg, Total Carbohidratos 21g, Fibra 4g, Azúcar 1g, Proteína 27g

## salmón wasabi

Rinde 4 porciones

En el **Recipiente Quick Shake®**, mezcla el *buttermilk* con el Sazonador. Coloca los filetes de salmón en el **Recipiente Season Serve™**, baña con el *buttermilk*; cubre y refrigera 15 minutos, como mínimo. Calienta la **Sartén de Freír Chef Series™ de 9.5"**, por 2 minutos, a fuego Mediano Alto; vierte el aceite de oliva en la sartén, añade los filetes de salmón con la piel hacia abajo. Vierte 2 Cdas. de la mezcla de *buttermilk* sobre el salmón y reduce el fuego a Medio Bajo, por 5 minutos. Voltea el salmón y cubre. Continúa cocinando otros 5 minutos o hasta que el salmón se ponga rosado opaco.

### Sugerencia para Servir:

Sirve con la Salsa Wasabi Ranch (pág. 8).

### Variación de la Receta:

**Pollo Wasabi** Reemplaza con Pechugas de Pollo.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 filete (136g), Porciones por Receta: 4, Calorías 222, Calorías de Grasa 99, Total Graso 11g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 73mg, Sodio 255mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 27g

1 libra de trozos de pechuga deshuesadas, sin piel  
1 lata (10 oz.) de *water chestnuts* (tubérculo oriental) en rebanadas  
1/2 taza de salsa oriental *hoisin* o salsa para acompañar (en la sección étnica)

1-1 1/2 cdtas. **Sazonador de Jengibre Estilo Oriental**

1 lechuga iceberg (8 hojas de lechuga)

1 libra (4-4 oz.) filete de salmón  
1 Cucharada de **Sazonador Wasabi Ranch**  
1/2 taza de *buttermilk* (suero de manteca) desgrasado  
1 Cucharada de aceite de oliva extra virgen

### idea para servir

Coloca el salmón en una bandeja. Llena una Bolsita para Decorar con Salsa Wasabi Ranch y la Boquilla para hacer una Línea Fina. Rocía sobre el salmón, de atrás para adelante, y viceversa. Adorna con cebollines picaditos.

## salsa wasabi ranch

Rinde 1/2 taza (aprox. 4 porciones)

Coloca el **buttermilk** con la mayonesa en el **Recipiente Quick Shake®**, añade el Sazonador, cubre y sacude hasta mezclar bien. Refrigerar hasta que necesites usar.

Puedes preparar el doble o triple de la receta, para usar como *dip*, para acompañar vegetales.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2 Cucharadas (28g), Porciones por Receta: 4, Calorías 88, Calorías de Grasa 80, Total Graso 9g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 8mg, Sodio 182mg, Total Carbohidratos 1g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 1g

## salteado de res oriental

Rinde 4 porciones

Mezcla el Sazonador y salsa de soya en el **Recipiente Quick Shake®**. Coloca la carne de res en el **Recipiente Season Serve®**. Vierte la salsa de soya sobre la carne y deja reposar por 5 minutos. Coloca la carne en el Colador Poco Profundo, sobre la Base (con 1 taza de agua), en el **Oval Microwave Cooker**. Cocina en el microondas de 4-6 minutos o hasta que esté cocido a gusto.

**En la Hornilla:** Saltea la carne en la **Sartén Chef Series para Freír de 9.5"**, a fuego Medio Alto, por 8-10 minutos o hasta que esté al gusto. Revuelve con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**.

### Sugerencia para Servir:

Sirve con arroz blanco y calabacines (zucchini), en rodajitas

### Variaciones de la Receta:

**Res Cajun** Reemplaza con la **Sazón Estilo Cajun** y ketchup.

**Salteado Oriental con Pollo** Reemplaza la carne con tiritas de pollo.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/4 receta (108g), Porciones por Receta: 4, Calorías 200, Calorías de Grasa 70, Total Grasa 8g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 70mg, Sodio 1327mg, Total Carbohidratos 6g, Fibra 0g, Azúcar 5g, Proteína 25g

1/4 taza de **buttermilk** (suero de manteca) bajo de grasa  
3 Cdas. de mayonesa  
2 cdtas. de **Sazonador Wasabi Ranch**

### idea para servir

Rebana y retira 1/4 de la parte superior de un limón fresco. Rebana un pedacito de la base para que no se ruede. Retira la pulpa y rellena con la Salsa Wasabi Ranch. Coloca varios sobre la bandeja, acompañando el Salmón Wasabi.

1 libra de carne de res para guiso, en trozos de 1-1 1/2"  
1 Cda. de **Sazonador de Jengibre Estilo Oriental**  
1/2 taza de salsa de soya ligera

### idea para servir

Sirve con Galletitas de la Fortuna, bañadas con Chocolate. Ver Esencia Gloriosa, pág. 37.

## wontons fritos

Rinde 36 wontons

Coloca la hoja en el **Quick Chef** y añade la lata de vegetales y Sazonador, gira la manija, varias veces, hasta mezclar bien los vegetales. Coloca una cucharadita de pollo y una de vegetales al centro del wonton. Dobra el wonton pellizcando los bordes para formar un triángulo. Si no se pega, sumerge tus dedos en un poquito de agua. A fuego Medio Alto, calienta la **Sartén Chef Series™ para Freír de 9.5"**, agrega el aceite de ajonjolí y calienta unos 30 segundos. Coloca los wontons, holgadamente, pues necesitas voltearlos con facilidad con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Saltea 30 segundos hasta dorar. Retira y coloca en un plato con papel toalla.

### Sugerencia para Acompañar:

Salsa *Hoisin*, Salsa de Maní o tu salsa favorita.

### Variaciones de la Receta:

**Wontons Picantes** Usa aceite de ajonjolí picante

**Vegetariano** Omite el pollo en la receta

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción para Servir: 1 wonton (29g), Porciones por Receta: 36, Calorías 45, Calorías de Grasa 10, Total Graso 1g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 5mg, Sodio 80mg, Total Carbohidratos 5g, Fibra 0g, Azúcar 0g, Proteína 3g

## ensalada de col

Rinde aproximadamente 10 porciones (1/2 taza cada una)

Mezcla el aceite de oliva, vinagre y azúcar en el **Recipiente Quick Shake®** hasta mezclar bien, reserva para usar luego. En el **Tazón Impressions de 10 tazas**, coloca la ensalada tipo col de brócoli y manzana en rebanaditas, cubre con la mezcla de vinagre y revuelve con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Añade los ingredientes opcionales, si deseas. Sella y refrigera hasta servir.

### Ingredientes opcionales:

1/2 taza de pecanas tostadas, picadas o 1/3 taza de pasas o arándanos secos

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/2 taza (69g) por porción, Porciones por Receta: 10, Calorías 73, Calorías de Grasa 25, Total Graso 3g, Grasa Saturada 0, Colesterol 0mg, Sodio 11mg, Total Carbohidratos 12g, Fibra 2g, Azúcar 9g, Proteína 1g

1 lata (15 oz.) de vegetales estilo oriental, escurridos  
2 tazas de pollo cocido, desmenuzado  
2 cdtas. de **Sazonador de Jengibre Estilo Oriental**  
36 masitas para wontons  
2-3 Cucharadas de aceite de ajonjolí para freír

### idea para servir

Wontons son un excelente aperitivo; sírvelos acompañados de sushi para disfrutar de una total experiencia oriental en casa.

2 Cdas. de aceite de oliva extra virgen  
1/2 taza de vinagre de arroz  
1/3 taza de azúcar  
1 manzana *granny smith*, en rebanadas finas  
1 pqte (12 oz.) de ensalada tipo *slaw* (brócoli, zanahorias y col roja)

### idea para servir

Prueba las nueces ya sea en una sartén de freír, a fuego Medio Alto, u hornea a 350°F en una lámina para hornear, cubierta con la Hoja Wonder™ de Silicón.

## asado mediterráneo

Rinde 6-8 porciones

Con el **Cuchillo Chef Series™ para Filetear**, haz un corte a lo largo del asado, formando un bolsillo; ten cuidado de no cortar completamente. Sazona los lados y parte superior con el Sazonador; retira para usar luego. Coloca el pimienta rojo, tomates y salsa pesto en el **Quick Chef**; licúa hasta que los ingredientes estén bien mezclados. Calienta la **Sartén Chef Series™ para Freír de 9.5"** a fuego Medio Alto, por dos minutos. Con la **Espátula de Silicón, para Salsas**, rellena el bolsillo con la mezcla del pimienta. Coloca en la Sartén y saltea, cada lado, por un minuto. Reduce a fuego Medio Bajo y cubre, volteando cada 8-10 minutos con un tenedor y baña con la mezcla del pimienta rojo (al cocinar se forma una salsa). Cocina de 20-25 minutos para una carne término Medio; la carne se seguirá cocinando después de retirar del fuego. Deja reposar, 5 a 10 minutos, antes de rebanar. Recuerda cortar a través de la fibra.

**Sugerencia para Acompañar:** Papas Majadas con Aderezos (pág. 26), *risotto o couscous*

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 6 oz. de carne + 1/6 salsa (153g), Porciones por Receta: 6, Calorías 382, Calorías de Grasa 200, Total Graso 22g, Grasa Saturada 8g, Colesterol 125mg, Sodio 695mg, Total Carbohidratos 3g, Fibra 0g, Azúcar 0g, Proteína 40g

2 1/2 libras de asado de lomo fino (aprox. 1 1/2" grosor)

- 1 pomo de pimienta rojo rostizado
- 4 Cdas. de tomates *sundried* en aceite (pomo)
- 2 Cdas. de pesto (pomo)
- 1 Cda. **Sazonador Sensación Latina**

### idea para servir

Coloca la guarnición en el centro de una bandeja grande y acomoda la carne alrededor. Rocía los trozos de carne con la salsa.

## enrollados de albóndigas

Rinde 8 enrollados

Estira la masa para bolillos *crescent* sobre la **Hoja Wonder™ de Silicón** y coloca la mitad de dos albóndigas en el centro de cada bolillo. Añade una cucharadita bien llena de queso rallado y 1 1/2-2 Cucharadas de salsa de tomate sobre las albóndigas. Enrolla empezando de un lado corto del triángulo para terminar con una silueta de media luna. Hornea a 350°F cerca de 11-13 minutos hasta dorar.

**Versión Ligera:** Usa queso desgrasado o con poco contenido de grasa.

### Variación de la Receta:

**Enrollado BBQ de Albóndigas** Reemplaza tu salsa favorita con Salsa BBQ (pág. 25).

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 enrollado (92g), Porciones por Receta: 8, Calorías 192, Calorías de Grasa 75, Total Graso 8g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 31mg, Sodio 506mg, Total Carbohidratos 18g, Fibra 1g, Azúcar 6g, Proteína 9g

- 1 paquete (8 oz.) de bolillos de media luna, *crescent* bajos de grasa
- 8 albóndigas sobrantes, por la mitad (pág. 18 y 25)
- 1/3 taza de queso rallado (parmesano, *cheddar* o suizo)
- 1 taza de tu salsa preferida para pasta

## pollo a la mozzarella

Rinde 4 porciones (2 trozos cada uno)

Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, rebana la mozzarella en ocho pedazos; reserva para usar luego. En un **Tazón Impressions, de 5 1/2 tazas**, mezcla el pan rallado y 1 cucharadita del Sazonador. Ligeramente, espolvorea cada trozo presionando para aplanar el pollo. Coloca en la **Sartén Chef Series™ de Freír de 9.5"**, con aceite de oliva. Saltea cada lado, por 4 minutos, a fuego Medio Alto. Vierte la salsa para pasta sobre el pollo y coloca las tajadas de queso sobre la salsa, rocía el resto del Sazonador, cubre y reduce el fuego a Bajo. Deja cocinar por 10 a 12 minutos.

**Sugerencia para Acompañar:** Risotto y Ensalada Bistro (pág. 22)

**Versión Ligera:** Usa mozzarella parcialmente sin grasa.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/4 receta, aprox. 2 trozos (239g), Porciones por receta: 4, Calorías 400, Calorías de Grasa 150, Total Graso 16g, Grasa Saturada 9g, Colesterol 107mg, Sodio 1030mg, Total Carbohidratos 24g, Fibra 3g, Azúcar 8g, Proteína 37g

- 1 libra de pechugas de pollo deshuesadas, sin piel
- 1/2 taza de pan rallado sazonado
- 2 cditas. de **Sazonador Italiano**, en partes
- 1 pomo (13 oz.) de tu salsa preferida para pasta
- 2 bolas (4 oz.) de mozzarella fresca
- 1 Cucharada de aceite de oliva extravirgen para freír

## relleno básico de res

Rinde 4 porciones

Pica la cebolla con **La Máquina Picadora**. Coloca la carne molida, cebolla picada y Sazonador en la Base del **Oval Microwave Cooker** con Rejilla. Cocina, de 3 a 5 minutos, hasta que pierda el color rosado.

### Variación de la Receta:

**Carne Estilo Mexicano** Usa 1 cdita. del **Sazonador Chipotle del Sudoeste** y 1 cdita. del **Sazonador Sensación Latina**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción para Servir: 1/4 receta (116g), Porciones por Receta: 4, Calorías 227, Calorías de Grasa 106, Total Graso 12g, Grasa Saturada 5g, Colesterol 85mg, Sodio 227mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 26g

- 1 libra de carne molida magra
- 1 cebolla pequeña (1/2 taza)
- 1 Cda. del **Sazonador Chef Series™** de tu preferencia

### idea para servir

Ideal para rellenar tacos, para usar en la salsa de carne o pizza. Planifica de antemano y congela en el **Recipiente Rock 'N Serve™** para una comida rápida.

## mini pastel relleno de carne

Rinde 8 porciones

Usa el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión** para pelar y cortar en cuatro partes la cebolla. Picala con **La Máquina Picadora**. Mezcla todos los ingredientes (excepto el queso) en el **Tazón Thatsa™**; con la **Espátula de Silicón, para Salsas**, corta en 8 partes. Toma cada porción y forma un círculo, coloca 1 onza de queso en el centro y dobla formando un mini pastel. Coloca en la Rejilla sobre la Base del **Oval Microwave Cooker**, repite el proceso hasta terminar. Cubre y cocina en el microondas, en Potencia Alta, de 8-10 minutos. Deja reposar, de 5 a 10 minutos, para terminar con la cocción. El queso puede rebalsar ligeramente.

**Al Horno:** Coloca los pasteles en una lámina para hornear con la **Hoja Wonder™ de Silicón** y hornea 20-25 minutos a 375°F.

### Variaciones de la Receta:

**BQ** Reemplaza con 1/4 taza del **Sazonador de Barbacoa Estilo Oriental** Reemplaza con 1/4 taza del **Sazonador de Jengibre Estilo Oriental**.

**Cajun** Reemplaza con 1/4 taza del **Sazonador Cajun**.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción para Servir: 1 mini-pastel  
Porciones por receta: 8, Calorías 370, Calorías de Grasa 194, Total Graso 22g, Grasa Saturada 10g, Colesterol 160mg, Sodio 1100mg, Total Carbohidratos 9g, Fibra 1g, Azúcar 1g, Proteína 34g

## ensalada de fiesta de frijoles

Rinde 8 porciones

Coloca todos los ingredientes en el **Tazón Impressions de 10 tazas**; revuelve con la **Espátula de Silicón, para Salsas**. Coloca el sello al tazón y refrigera hasta servir.

### Variación de la Receta:

**Ensalada Super Picante de Frijoles** Reemplaza el **Sazonador Chipotle del Sudoeste** con 1 cucharadita del **Sazonador Cajun**

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción de Servir: Aprox. 3/4 taza (156g), Porciones por receta: 8, Calorías 105, Calorías de Grasa 5, Total Graso 1g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 580mg, Total Carbohidratos 21g, Fibra 5g, Azúcar 3g, Proteína 6g

2 libras de carne molida magra  
1 cebolla pequeña (1/2 taza)  
1/4 taza **Sazonador Italiano**  
1/2 taza de pan molido sazonado  
2 huevos, revueltos  
8 onzas de tu queso favorito, en cubitos

### idea para servir

Con la **Micro Jarra**, entibia 1/2 taza de queso al 50% de poder hasta derretir. Sirve el pastel de carne y rocía con un poquito del queso derretido. Sazona con una pizca del **Sazonador Italiano**.

## guisado estilo latino

Rinde 4 porciones

Pica la cebolla en **La Máquina Picadora**. Calienta el **Sartén Chef Series™ de Freír de 9.5"**, sazona la cebolla con el **Sazonador** y saltea hasta dorarla; añade los trozos de cerdo y continúa salteando por unos 8 minutos. En el **Recipiente Quick Shake®**, coloca 2 tazas de agua fría con 5 Cdas. de la Mezcla para Sopa, coloca el sello y sacude para mezclar bien. Vierte esta mezcla sobre el cerdo, cubre y hierve de 5-8 minutos. Agrega agua si es necesario. Baja el fuego a Medio Bajo y continúa cocinando, por 5 minutos, hasta que los frijoles estén suaves.

**Sugerencia para Servir:** Sirve sobre arroz amarillo

**Ingredientes Opcionales:** Para un guisado más espeso, añade una lata de 15 onzas de frijoles negros.

**Ingredientes Sugeridos:** cebolla picadita cruda, salsa, queso, crema agria o aguacate/palta picadita.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción de Servir: 1/4 receta (305g), aprox 2 tazas (305g), Porciones por Receta: 4, Calorías 255, Calorías de Grasa 103, Grasa Total 11g, Grasa Saturada 4g, Colesterol 70mg, Sodio 515mg, Total Carbohidratos 10g, Fibra 2g, Azúcar 2g, Proteína 27g

## pollo frito con buttermilk

Rinde 4 porciones

Coloca el pollo y **buttermilk** (suero de manteca) en el **Recipiente Season Serve®**; sella y sacude hasta recubrir. Deja reposar al menos 10 minutos. En el **Tazón Impressions de 10 tazas**, mezcla la harina y **Sazonador**. Con cuidado, recubre las tiritas de pollo con la mezcla de harina. Coloca el pollo en la **Sartén Chef Series™ de 9.5"**. Cubre y fríe cada lado a fuego Medio Alto, por 5 minutos, hasta que esté listo.

**Sugerencia de Salsa para Acompañar:** Salsa de Queso **Roquefort** (pág. 14)

**Sugerencia de Guarnición:** papitas *tater tots* y habichuelas/vainitas

### Variación de la Receta:

**Pollo Atómico** Coloca las tiritas de pollo fritas en una lámina para hornear con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Cubre con tu salsa picante favorita y hornea a 400°F por 12 minutos.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción: 1/4 receta, aprox. 4 Trozos (129g), Porciones por Receta: 4, Calorías 258, Calorías de Grasa 91, Total Graso 10g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 64mg, Sodio 250, Total Carbohidratos 14g, Fibra 1g, Azúcar 2g, Proteína 26g

1 libra (4-4 oz.) de chuletas de cerdo deshuesadas, en tiritas  
1 cebolla grande, picada  
1/2 cdita. **Sazonador Sensación Latina**  
5 Cdas. **Mezcla para Sopa de Frijoles Negros, El Sabor de Tupperware**  
2 tazas + 1 taza de agua fría

### idea para servir

Prepara el guisado de antemano y almacena en un **Recipiente Rock 'N Serve™**. Para servir, recalienta al microondas a Potencia Mediana (50%). Sirve los ingredientes para acompañar en el **Juego Serving Center®**, prepara una ensalada familiar y disfruta conversando de las actividades diarias.

1 libra (4-4 oz.) de pechuga de pollo deshuesada, sin piel cortada en tiritas  
1/2 taza de **buttermilk** (suero de manteca)  
1/2 taza de harina para todo uso  
2 cditas. de **Sazonador Cajun**  
2 Cucharadas de aceite de oliva extravirgen para freír

## pollo asado con mojo

Rinde 6 porciones

Coloca el pollo en la Rejilla sobre la Base del **Oval Microwave Cooker** con el Aro del Colador Profundo encima. Exprime el limón y sazona bien el pollo, por dentro y por fuera. Coloca el ajo molido, bajo la piel y en la cavidad, rellena la cavidad con las cebollas. Cubre y cocina al microondas en Potencia Alta, 7 1/2 minutos por libra, hasta que la temperatura interna llegue a un mínimo de 170°. El pollo continuará su cocción en el Oval Microwave Cooker; deja reposar de 5 a 10 minutos antes de cortar.

**Sugerencia de Guarnición:** Papas Asadas o Papas Majadas con Aderezos (pág. 26)

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Cerca de 6 oz. (177g), Porciones por Receta: 6, Calorías 370, Calorías de Grasa 195, Total Graso 22g, Grasa Saturada 6g, Colesterol 122mg, Sodio 1138mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 0g, Proteína 39g

1 pollo para asar (3 1/2-4 libras) lavado y limpio  
2-3 Cdas. **Sazonador Sensación Latina**  
2 cebollas medianas, peladas y por la mitad  
3 dientes de ajo, molidos  
Zummo de 1 limón o 1 lima

### idea para servir

Este pollo queda tan jugoso que se desprende del hueso. Si cocinas para una persona o dos, divide los sobrantes en los **Recipientes Rock 'N Serve™ Medianos Poco Profundos** y refrigera o congela para próximas comidas.

## salsa de queso roquefort

Rinde aproximadamente 1 taza

En el **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas** mezcla todos los ingredientes con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Coloca el sello y refrigera hasta servir.

**Sugerencia para Servir:** Salsa para acompañar pollo frito, alitas de pollo, albóndigas o vegetales.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2 Cdas. (27g), Porciones por Receta: 8, Calorías 47, Calorías de Grasa 32, Total Graso 4g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 13mg, Sodio 119mg, Total Carbohidratos 1g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 2g

4 Cdas. de queso roquefort desmenuzado  
1/2 taza de crema agria  
1/4 taza de *buttermilk* (suero de manteca)  
1 Cda. **Sazonador de Vegetales**

### idea para servir

Sirve esta u otras salsas en la **Cremera Open House™** para servir fácilmente con una mano.

## quesadillas de frijoles y queso

Rinde 5 quesadillas

Coloca una taza de agua en la Base del **Oval Microwave Cooker**; separa. Mezcla el Sazonador con los frijoles; unta 2 Cdas. de la mezcla de frijoles sobre 5 tortillas, con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**; rocía 1/3 taza de queso sobre los frijoles y cubre con otra tortilla. Coloca una quesadilla en el Colador Poco Profundo y una en el Colador Profundo. Cubre y cocina en el microondas a Potencia Alta, por 2 minutos, hasta que los frijoles y el queso estén calientes. Sirve de inmediato o cubre para mantenerlas tibias.

**En Hornilla:** Calienta una **Sartén Chef Series™ para Freír de 9.5"**, a fuego Medio Alto, coloca la quesadilla preparada en la sartén hasta dorar por cada lado. Retira de la sartén y repite el proceso hasta terminar.

**Variación de la Receta:**

**Burritos de Frijoles y Queso** Unta 2 Cdas. de frijoles sobre la tortilla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**; rocía 3 Cucharadas de queso sobre los frijoles. Con cuidado, dobla los lados hacia adentro o rueda la tortilla hacia adelante hasta formar un burrito. Repite hasta terminar. Coloca la unión hacia abajo en la Base del **Oval Microwave Cooker**; Cocina al microondas en Potencia Alta, por 2 minutos, hasta que los frijoles y queso estén calientes.

**Sugerencia para Acompañar:** crema agria, guacamole, salsa y cebolla cruda picadita

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 quesadilla (194g), Porciones por Receta: 5, Calorías 437, Calorías de Grasa 150, Total Graso 17g, Grasa Saturada 9g, Colesterol 40mg, Sodio 1020mg, Total Carbohidratos 50g, Fibra 7g, Azúcar 2g, Proteína 19g

## pan de cerveza

Rinde para 1 hogaza (aprox. 8 porciones)

En el **Tazón Thatsa™**, mide harina, azúcar y Sazonador. Con cuidado, añade la cerveza sobre el lado del tazón para evitar que forme espuma. Mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** hasta formar la masa. Coloca en **Molde de Silicón para Pan** y hornea a 325°F, por 30 minutos.

**Variación de la Receta:**

**Pan de Cerveza con Queso** Añade 1/2 taza de queso *cheddar*

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción para Servir: 1 Tajada (105g), Porciones por Receta: 8, Calorías 238, Calorías de Grasa 5, Total Graso 1g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 710mg, Total Carbohidratos 50g, Fibra 2g, Azúcar 13g, Proteína 5g

1 pqte. (10 unidades) de tortillas de harina de 6"  
1 lata (16 oz.) frijoles refritos sin grasa  
1 2/3 taza de queso *cheddar* rallado  
1 Cda. **Sazonador Chipotle del Sudoeste** (opcional)

### idea para servir

Planifica de antemano. Prepara burritos, congela rápidamente y coloca en un **Recipiente Rock 'N Serve™ Mediano Prof.** para una comida lista en cualquier momento.

3 tazas de harina preparada  
1/2 taza de azúcar  
1 lata (12 oz.) de cerveza  
1 Cda. **Sazonador Chipotle, Italiano o Cajun**

### idea para servir

Sirve el pan, en rebanadas, en una canasta pequeña con una servilleta de tela.

## ensalada de pavo estilo sudoeste

Rinde 8 porciones

Rebana las papas por la mitad y coloca en el Colador Poco Profundo del **Oval Microwave Cooker**, cocina al microondas en Potencia Alta por 5 minutos hasta que las papas estén suaves al pincharlas con un tenedor, deja enfriar. Corta el pavo en cuadrillos y coloca en el **Tazón Impressions de 10 tazas**; añade la cebolla picada, mayonesa, papas y Sazonador. Con cuidado, mezcla los ingredientes con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Cubre y refrigera hasta servir.

**Versión Ligera:** Usa mayonesa desgrasada o con poca grasa.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción:  $\frac{2}{3}$  taza (132g), Porciones por Receta: 8, Calorías 210, Calorías de Grasa 110, Total Graso 12g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 30mg, Sodio 668mg, Total Carbohidratos 14g, Fibra 1g, Azúcar 0g, Proteína 10g

## cacerola de espinaca

Rinde 8 porciones

Mezcla la espinaca y maíz en la Base del **Oval Microwave Cooker**; cocina en el microondas en Potencia Alta 2-3 minutos. Añade  $\frac{1}{4}$  taza de queso y el Sazonador; retira para usar luego. Sobre una tabla de cortar, acomoda cuatro láminas de la masa hojaldre (cubre la pasta que no uses para evitar que se seque). Rocía cada lámina con aerosol antiadherente de cocina. Empezando sobre el lado largo del rectángulo, corta tiras con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión** de aprox.  $2\frac{1}{2}$ -3" de ancho; rendirá 4-5 tiras por rectángulo. Apila cada tira una sobre otra; y haz 3 cortes adicionales para obtener 4 pilas cuadradas. Separa y acomoda los cuadrados de masa al fondo del **Molde Redondo de Silicón, de 9"**, cubriendo el fondo completo y extendiéndose hacia los lados y hacia arriba del Molde de Silicón. Unta  $\frac{1}{4}$  de la mezcla de espinaca y cubre los lados del Molde de Silicón. Estira  $\frac{1}{4}$  de la espinaca, encima de la masa, con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Repite el procedimiento, tres veces más, hasta que la mezcla de espinaca se termine. La capa final debe ser de la masa hojaldre, sobre la espinaca, con la  $\frac{1}{2}$  taza restante de queso encima.

Hornea a 375°F, por 18-20 minutos, hasta dorar. Retira del horno y deja reposar, por un minuto, antes de servir. Usa la **Espátula, de Silicón, para Salsas** para rebanar en el Molde o desmolda y usa un Cuchillo para rebanar.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tajada (118g), Porciones por Receta: 8, Calorías 202, Calorías de Grasa 65, Total Graso 7g, Grasa Saturada 4g, Colesterol 18mg, Sodio 500mg, Total Carbohidratos 27g, Fibra 2g, Azúcar 2g, Proteína 10g

1 pqte. ( $\frac{3}{4}$  lb.) pechuga de pavo ahumada  
1 pqte. (1 lb. 4 oz.) de papas rojas (en rebanadas)  
 $\frac{1}{4}$  taza de cebollita china/cebollín picadita  
 $\frac{1}{2}$  taza de mayonesa  
1 cdita. **Sazonador Chipotle del Sudoeste**

1 pqte. (8 oz.) masa hojaldre, descongelada  
1 pqte. (10 oz.) espinaca picada congelada  
1 pqte. (8 oz.) maíz congelado  
 $\frac{3}{4}$  taza de queso italiano, finamente rallado  
2 cditas. **Sazonador Italiano**  
Aerosol antiadherente (sabor a mantequilla)

### idea para servir

Phyllo, también llamada "filo", ubicada en la sección de productos congelados, es una masa de textura ligera y consta de capas bien finas para pasteles como baklava y spanakopita. Sigue la información del fabricante para descongelar.

## coliflor arrebosada con queso

Rinde 6 porciones

En la Rejilla, que se coloca sobre la Base del **Oval Microwave Cooker** con el Aro Grande del Colador, añade  $\frac{1}{4}$  taza de agua y coliflor; cubre y cocina en el microondas en Potencia Alta 6-8 minutos hasta que esté suave. En el **Recipiente Rock 'N Serve™ Mediano Poco Profundo**, coloca el queso, chiles y Sazonador. Cocina al microondas en Potencia Media-Alta (70% poder) de 2-3 minutos hasta que el queso esté derretido y burbujeante. Coloca la coliflor en un tazón de servir y vierte el queso encima. Sirve de inmediato.

**Idea para Sobrantes:** Añade los sobrantes a la **Mezcla para Sopa de Papas y Puerros El Sabor de Tupperware** para obtener un fácil **Chowder** de Papas y Queso

**Más Sabor:** Coliflor Sazonada—reemplaza el queso y Sazón **Chipotle del Sudoeste** con 2 cditas. del **Sazonador Italiano**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox.  $\frac{2}{3}$  taza (197g), Porciones por Receta: 6, Calorías 120, Calorías de Grasa 38, Total Graso 4g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 16mg, Sodio 700mg, Total Carbohidratos 12g, Fibra 4g, Azúcar 7g, Proteína 10g

## salsa con teriyaki y mostaza

Rinde aproximadamente  $\frac{3}{4}$  de taza

En un **Recipiente Fresh 'n Cool™** pequeño, mezcla los ingredientes con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Sella y refrigera hasta servir. Puedes duplicar o triplicar la receta.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 Cda. (17g), Porciones por Receta: 12, Calorías 12, Calorías de Grasa 0, Total Graso 0g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 1mg, Sodio 160mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 1g

## papas a lo nuestro

Rinde 4 porciones

En el **Tazón Thatsa™**, mezcla las papas con el aceite de oliva y Sazonador. Acomoda las papas en una lámina de hornear con la **Hoja Wonder™ de Silicón** y hornea a 400°F por 20-25 minutos.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción de Servir: Aprox.  $\frac{1}{2}$  taza (116g), Porciones por Receta: 4, Calorías 165, Calorías de Grasa 65, Total Graso 7g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 250mg, Total Carbohidratos 22g, Fibra 2g, Azúcar 2g, Proteína 3g

1 coliflor entera, enjuagada  
8 oz. queso pasteurizado en cubitos, bajo de grasa  
1 lata (4 oz.) de chiles/ajíes verdes (opcional)  
1-2 cditas. de **Sazonador Chipotle del Sudoeste o Cajun**

### idea para servir

Crema un colorido centro de mesa, organizando una variedad de vegetales frescos en una canasta larga y de lados bajos. Los centros de mesa no deben sobrepasar el nivel de la vista de los comensales.

4 Cdas. ( $\frac{1}{4}$  taza) mostaza **Dijon**  
 $\frac{1}{2}$  taza de crema agria desgrasada  
1-2 Cdas. **Sazonador de Jengibre Estilo Oriental**

1 pqte. (1 lb.) de papas rojas, en rebanadas de  $\frac{1}{4}$ "  
2 Cucharadas de aceite de oliva extravirgen  
1-2 Cucharadas del **Sazonador Cajun**

## albóndigas isleñas

Rinde 48 albóndigas

Pica la cebolla con la **La Máquina Picadora**. Mezcla la carne molida, cebolla, huevos, pan rallado y Sazonador en el **Tazón Thatsa™** con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**.

Con la Cuchara del **Juego de Cucharas Medidoras**, saca la carne, en bolitas de 1 pulg., y hornea a 375°F, por 20 minutos sobre la lámina de hornear con la **Hoja Wonder™ de Silicón**.

**Para el Microondas:** En la Base del **Oval Microwave Cooker**, acomoda las albóndigas sobre la Rejilla. Cocina al microondas, en Potencia Alta, de 6-8 minutos; repite hasta terminar.

**Salsa Sugerida:** Salsa con Teriyaki y Mostaza (pág. 17) o Salsa Barbacoa Humeante (pág. 25)

**Sugerencia para un menú:** Congela las albóndigas en un **Recipiente Rock 'N Serve™ Mediano Profundo**.

**Variación de la Receta:**

**Versión Tex Mex** Reemplaza con 1/4 taza **Chipotle del Sudoeste**.

**Versión BBQ** Reemplaza con 1/4 taza de **Sazonador Sabor a Barbacoa** y 1/4 taza de ketchup.

**Versión Oriental** Reemplaza con 1/4 taza de **Sazonador de Jengibre Estilo Oriental**.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción de Servir: 6 albóndigas (138g), Porciones por Receta: 8, Calorías 294, Calorías de Grasa 120, Total Graso 13g, Grasa Saturada 5g, Colesterol 137mg, Sodio 955mg, Total Carbohidratos 12g, Fibra 1g, Azúcar 2g, Proteína 29g

## pastel de papas

Rinde 6 porciones

En un **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas**, combina la crema agria con el Sazonador y reserva. Coloca las papas, en rebanadas, en el **Molde Redondo de Silicón de 9"**; cubre con la mezcla de crema agria y mezcla de manera envolvente con el queso usando la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Hornea a 400°F, por 30-45 minutos, hasta que las papas estén suaves.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción: aprox. 1/2 taza (165g), Porciones por Receta: 6, Calorías 260, Calorías de Grasa 130, Total Graso 14g, Grasa Saturada 8g, Colesterol 45mg, Sodio 372mg, Total Carbohidratos 21g, Fibra 2g, Azúcar 4g, Proteína 13g

2 lbs de carne molida magra  
1 cebolla pequeña (1/2 taza)  
2 huevos, ligeramente batidos  
3/4 taza de pan rallado  
1/4 taza de **Sazón Isleño**

### idea para servir

Piensa en los colores cuando pongas tu mesa. Para un toque "isleño", usa amarillos, celestes y toques de vivo color naranja y lima. El estilo Tex-Mex y BBQ requiere de tela "vaquera" y cuadrados rojos y blancos. Una mesa al estilo oriental puede tener individuales negros o de bambú y palitos en vez de cubiertos.

### idea para servir

Sirve estas papas en el **Juego de Copas Sheerly Elegant™** adornadas con una ramita de romero.



## rueditas de canela

Rinde aproximadamente 8 porciones (16-20 rueditas)

Mezcla el azúcar y las Especies; reserva. Sobre la tabla de cortar, estira la masa hojalde para media luna y sepárala en 2 rectángulos; pellizca los bordes para unir. Rocía generosamente con la mezcla de azúcar. Comenzando con el lado largo, enrolla cada rectángulo tan ajustadamente como sea posible. Tendrás dos rollos alargados. Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, corta rebanadas de 1/2" y coloca sobre una lámina para hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**; presiona cada tajada. Rocía el resto del azúcar sobre las rueditas. Hornea a 350°F por 10-12 minutos. Sirve tibio.

**Variación de la Receta:**

**Rueditas Glaseadas con Canela** Coloca 1/4 taza de glaseado de queso en un **Bolso para Decorar** y decora cada ruedita con la Boquilla de Línea Delgada.

**Rueditas de Canela y Pasas** Añade 1/2 taza de pasas a la mezcla de azúcar y hornea como se indica arriba.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción: 1 ruedita (18g), Porciones por Receta: 16, Calorías 64, Calorías de Grasa 20, Total Graso 3g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 116mg, Total Carbohidratos 9g, Fibra 0g, Azúcar 5g, Proteína 1g

## pan de canela

Rinde 20 porciones

Derrite la mantequilla en el microondas con el **Juego de Micro Jarras** o el **Recipiente Rock 'N Serve™ Mediano Poco Profundo**. Mezcla el azúcar y especias en el **Recipiente Fresh 'n Cool™**; reserva. Separa la masa y corta cada panecillo en cuatro partes con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**. Unta cada panecillo en mantequilla, ruédalo en la mezcla de azúcar y presiona en su sitio en el **Molde, de Silicón, para Pan**. Repite hasta terminar. Hornea a 400°F, por 20-25 minutos, hasta dorar. Enfría 3-5 minutos y luego, invierte en una bandeja.

**INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN:** Porción: 4 piezas. (51g), Porciones por Receta: 20, Calorías 194, Calorías de Grasa 96, Total Graso 11g, Grasa Saturada 4g, Colesterol 12mg, Sodio 397mg, Total Carbohidratos 25g, Fibra <1g, Azúcar 13g, Proteína 2g

1/4 taza de azúcar  
2 cditas. de la **Mezcla de Especies de Canela y Vainilla**  
1 pqte.(8 oz.) panecillos de media luna *crescent*

### idea para servir

Da la bienvenida a los nuevos vecinos con una reunión tipo *Brunch*. Sirve Rueditas de Canela, jugo de naranja fresco y café. Adorna las Rueditas de Canela con nueces o pecanas picaditas.

2 pqtes.(12 oz.) de masa para panecillos refrigerada, sabor a mantequilla  
1 taza de azúcar  
1 barra de mantequilla, derretida  
2 Cdas. de la **Mezcla de Especies de Canela y Vainilla**

## pastel de canela y pecanas

Rinde 8 porciones

Pica las pecanas con **La Máquina Picadora**; resérvalas. Derrite la mantequilla en el microondas con el **Juego de Micro Jarras** o en el **Recipiente Rock 'N Serve™ Mediano Poco Profundo**. Mezcla el azúcar y especias en el **Recipiente Fresh 'n Cool™**; reserva. Unta mantequilla en cada panecillo, ruédalo en la mezcla de azúcar y coloca en el **Molde de Silicón Redondo de 9"**. Repite. Echa las pecanas en la mantequilla sobrante y luego, rocíalas sobre los panecillos. Hornea a 375°F de 12-14 minutos, hasta dorar. Enfría 5 minutos y luego unta el glaseado (opcional) con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**.

### Variación de la Receta:

**Pastel de Canela con Pasas** Añade 1/2 taza de pasas en vez de las pecanas

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/8 Receta (80g), Porciones por Receta: 8, Calorías 330, Calorías de Grasa 174, Total Graso 19g, Grasa Saturada 7g, Colesterol 15mg, Sodio 450mg, Total Carbohidratos 37g, Fibra 2g, Azúcar 21g, Proteína 3g

1 pqte. (12 oz.) masa para panecillos de mantequilla  
1/2 taza de azúcar  
1/2 barra de mantequilla, derretida  
1 Cda. **Especias de Canela y Vainilla**  
1/2 taza de pecanas, picadas  
1/4 taza de glaseado de queso crema (opcional)

### idea para servir

Ata las servilletas con una cinta y una flor fresca.

## rosca estilo danés

Rinde 8 porciones

En el **Quick Chef**, mezcla los pistachios, miel, mantequilla y especias hasta formar una pasta áspera; reserva. Sobre una tabla de picar, estira la masa para media lunas *creiscent* y separa en 2 rectángulos, pellizca los bordes para unir. Acomoda la mezcla de pistachio, de manera uniforme, sobre ambos rectángulos. Comenzando con el lado largo, enrolla cada rectángulo, tan apretado como sea posible. Tendrás dos rollos largos. Coloca los rollos sobre la **Hoja Wonder™ de Silicón** y forma la rosca, pellizcando los rollos juntos y presionando los panecillos. Hornea a 350°, por 12-13 minutos. Deja reposar por un minuto; luego echa el glaseado en el **Bolso para Decorar**. Recuerda retirar de la hoja antes de rebanar. Sirve tibio.

### Variación de la Receta:

**Rosca de Pecanas** Reemplaza los pistachios por pecanas

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/8 de la rosca (61g), Porciones por Receta: 8, Calorías 250, Calorías de Grasa 114, Total Graso 13g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 4mg, Sodio 300mg, Total Carbohidratos 31g, Fibra 1g, Azúcar 19g, Proteína 4g

1/2 taza de pistachios pelados  
2 Cdas. de miel  
1 Cda. de mantequilla  
1 cdiita. **Especia de Canela y Vainilla**  
1 pqte. (8 oz.) de panecillos media luna *creiscent* con poca grasa  
1/2 taza de glaseado de queso crema

## revuelto a lo sudoeste

Rinde 6 porciones

Coloca una salchicha desmenuzada en la Rejilla sobre la Base del **Oval Microwave Cooker**. Cocina al microondas, en Potencia Alta, por 2 minutos; retira la salchicha y rejilla de la base y escurre la grasa. Coloca los huevos, leche y Sazonador en el **Recipiente Quick Shake®**, sella y sacude hasta mezclar bien. Regresa la salchicha cocida, a la Base, y añade la mezcla del huevo y queso. Cocina al microondas, en Potencia Alta, por 2 minutos; revuelve y cocina al microondas otro minuto; deja reposar, por 2 minutos, antes de servir. Para huevos más firmes, puede que se requiera otro minuto adicional en el microondas.

**Sugerencia para Servir:** Acompaña con crema agria, salsa, jalapeños, cebollas o aceitunas.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2/3 taza (137g), Porciones por Receta: 6, Calorías 260, Calorías de Grasa 169, Total Graso 19g, Grasa Saturada 8g, Colesterol 389mg, Sodio 450mg, Total Carbohidratos 3g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 19g

6 oz. de salchichas de cerdo con poca grasa  
10 huevos grandes  
1/4 taza de leche desgrasada  
3/4 taza de queso *cheddar* rallado  
2 cdiitas. del **Sazonador Chipotle del Sudoeste**

### idea para servir

¡Sirve el desayuno al aire libre! Colecciona platos para tarta, de enamel, en remates del vecindario (los rojos y azules son los mejores). Sirve el Revuelto al Sudoeste, tostadas y fruta fresca en platos para cena sobre los platos de enamel. Éstos actuarán como una pequeña bandeja. Usa pañuelos de algodón grandes como servilletas.

## huevo y tostadas al horno

Rinde 8 porciones

Coloca los huevos y el Sazonador en el **Recipiente Quick Shake®**, sella y sacude bien. Coloca el pan en el fondo del **Molde Redondo de Silicón de 9"**; vierte la mitad de la mezcla del huevo sobre el pan, rocía 1/2 taza de queso y vegetales. Permite que el pan absorba los huevos; vierte el resto de la mezcla de huevos y termina con el queso rallado. Hornea a 350°F por 20-25 minutos hasta que los huevos tomen punto. Usa la **Espátula, de Silicón, para Salsas** para retirar los huevos del molde.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción para Servir: 1 cuadrado (103g), Porciones por Receta: 8, Calorías 206, Calorías de Grasa 118, Total Graso 13g, Grasa Saturada 6g, Colesterol 333mg, Sodio 312mg, Total Carbohidratos 7g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 14g

12 huevos grandes  
4 rebanadas de pan blanco o de trigo, en cuadrillos  
1 taza de queso rallado, dividido por la mitad  
1/4 taza de vegetales (espinaca u hongos frescos)  
1/2 cdiita. del **Sazonador Sensación Latina**

## ensalada bistro

Rinde 4 porciones

Coloca la lechuga, pasas, manzana y queso en el **Tazón Thatsa™** o en el **Tazón Sheerly Elegant™ Grande**; reserva. Calienta la **Sartén Chef Series™ para Freír, de 8"**, a fuego Medio Alto por 1-2 minutos; piñones (o nueces) y revuelve con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** hasta dorar ligeramente. Añade a la ensalada y revuelve con el Aliño Vinagreta Simple (pág. 23); sirve de inmediato.

Para un toque internacional, acomoda un palito de pan, al borde de cada plato de ensalada, al poner la mesa. Acompaña con una selección de aceitunas de la sección *deli* de tu mercado.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL DE LA ENSALADA: Porción: aprox. 1 taza (75g), Porciones por Receta: 4, Calorías 118, Calorías de Grasa 34, Total Grasa 4g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 5mg, Sodio 78mg, Total Carbohidratos 20g, Fibra 2g, Azúcar 16g, Proteína 3g

## ensalada café

Rinde 4 porciones

Coloca la lechuga, uvas, manzana, queso y aguacate/palta en el **Tazón Thatsa™** o en el **Tazón Sheerly Elegant™ Grande**; reserva. Mezcla la ensalada con Vinagreta de Cítricos (pág. 23); sirve de inmediato.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL, SÓLO DE LA ENSALADA: Porción: aprox. 1 taza (152g), Porciones por Receta: 4, Calorías 183, Calorías de Grasa 110, Total Graso 13g, Grasa Saturada 4g, Colesterol 15mg, Sodio 50mg, Total Carbohidratos 14g, Fibra 4g, Azúcar 10g, Proteína 6g

## crocantes a la parmesana

Rinde 6 a 8 porciones

Mezcla el Sazonador y el queso; rocía en un molde para hornear cubierto con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Hornea a 350°F, por 10-12 minutos, o hasta dorar. Enfría completamente y quiebra en trozos crocantes personales.

### Variación de la Receta:

**Crocante Estilo Italiano** Reemplaza el Sazonador **Cajun** con el **Sazonador Italiano**

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/8 receta (28g), Porciones por Receta: 8, Calorías 114, Calorías de Grasa 67, Total Graso 7g, Grasa Saturada 5g, Colesterol 20mg, Sodio 646mg, Total Carbohidratos <1g, Fibra 0g, Azúcar <1g, Proteína 10g

2 tazas de lechuga *Romaine*, lavada y picada  
 1/2 taza de pasas surtidas  
 1/2 manzana verde, picada  
 3 Cdas. queso *gorgonzola* desmenuzado  
 2 Cdas. de piñones o nueces  
 Vinagreta Simple (pág. 23)

### idea para servir

Serve en el **Tazón Sheerly Elegant™ Grande**. Coloca palitos de pan, largos y finos, a la mesa, en los **Vasos Sheerly Elegant™**.

2 tazas de lechuga *Romaine*, lavada y picada  
 1 taza de uva negra sin semilla  
 1/2 manzana verde, picada  
 1/2 taza de queso Suizo o *gruyere*, picado grueso  
 1 aguacate *Hass* maduro, picado (opcional)  
 Vinagreta de Cítricos (pág. 23)

1 pqte. (5 oz.) de queso Parmesano rallado  
 1-2 Cdas. de **Sazonador Cajun**

### idea para servir

¡Idea para Regalar! Quiebra las Tostadas y coloca en el **Modular Mates™ Dispenser para Españeti**.

## vinagreta simple

Rinde 3/4 taza

Coloca todos los ingredientes en el **Recipiente Quick Shake®**, sella y sacude hasta mezclar bien. Sirve de inmediato.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/4 receta, Porciones por Receta: 4, Calorías 167, Calorías de Grasa 127, Total Graso 14g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 0mg, Sodio 160mg, Total Carbohidratos 10g, Fibra 0g, Azúcar 9g, Proteína 0g

1/3 taza de vinagre balsámico  
 1/4 taza de aceite de oliva extravirgen  
 1 Cucharada de azúcar  
 1 Cda. de mostaza Dijon  
 1 cdita. **Sazonador Italiano**

## vinagreta de cítricos

Rinde 1/2 taza

Coloca todos los ingredientes en el **Recipiente Quick Shake®**, sella y sacude bien. Sirve de inmediato sobre la ensalada.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 3 Cdas. (41g), Porciones por Receta: 4, Calorías 141, Calorías de Grasa 126, Total Graso 14g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 0mg, Sodio 0mg, Total Carbohidratos 4g, Fibra 0g, Azúcar 3g, Proteína 0g

1/4 taza de aceite de oliva extravirgen  
 Zumos de 1 limón grande  
 1 Cda. de azúcar

## ensalada cremosa de fruta

Rinde 8 porciones

Con **La Máquina Picadora**, pica la manzana y reserva. En un **Recipiente Stuffables™ de 6-tazas**, usa la **Espátula, de Silicón, para Salsas** para mezclar suavemente todos los ingredientes. Coloca el sello y refrigera hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 1/2 taza (90g), Porciones por Receta: 8, Calorías 76, Calorías de Grasa 18, Total Graso 2g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 7mg, Sodio 10mg, Total Carbohidratos 15g, Fibra 1g, Azúcar 14g, Proteína 1g

1 libra de uvas (negras, verdes o surtidas), lavadas, sin semilla  
 1 manzana *granny smith*, picada  
 1 envase (4 oz.) de crema agria con poco contenido de grasa  
 1 Cda. de azúcar morena clara  
 1/2-1 cdita. de **Espicias de Canela y Vainilla**

## crostini

Rinde 12 redondelas

Rebana el pan *baguette* con el **Cuchillo Chef Series™ para Pan** sobre una tabla de picar. Mezcla el aceite y Sazonador, ligeramente y sumerge cada tajada de pan en la mezcla. Hornea a 400°F, sobre una lámina para hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**, de 5-8 minutos, hasta dorar.

### Variación de la Receta:

**Crostini Cajun** Reemplaza con el **Sazonador Cajun**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 redondela (20g), Porciones por Receta: 12, Calorías 90, Calorías de Grasa 45, Total Graso 5g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 310mg, Total Carbohidratos 9g, Fibra 1g, Azúcar 0g, Proteína 1g

1 pan *baguette*, 12-rebanadas de 1/4"  
 2 Cdas. **Sazonador Italiano**  
 1/4 taza de aceite de oliva extravirgen

### idea para servir

Prueba aderezar con tomates y albahaca fresca picadita.

## ensalada de tomate y mozzarella

Rinde 12 tajadas

Con el **Cuchillo Chef Series™ Serrado Utilitario**, rebana los tomates aprox. a 1/4" de grosor y coloca en una bandeja. Rebana la mozzarella y coloca sobre cada tajada de tomate. En el **Recipiente Quick Shake®**, mezcla aceite de oliva y el Sazonador, vierte sobre el queso y tomates. Adorna con hojitas frescas de albahaca. Sirve solo o con Crostini (pág. 23).

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 rebanada (72g), Porciones por Receta: 12, Calorías 120, Calorías de Grasa 27, Total Graso 3g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 10mg, Sodio 240mg, Total Carbohidratos 3g, Fibra 1g, Azúcar 1g, Proteína 5g

3 tomates maduros  
2 bolas (4 oz.) de mozzarella fresca  
1/3 taza de aceite de oliva extravirgen  
1-1 1/2 Cdas. **Sazonador Italiano**  
2-3 Cdas. de hojitas frescas de albahaca (opcional)

### idea para servir

Usa tomates cerezos y pequeñas bolas de mozzarella y sirve en las **Copas Sheerly Elegant™**.

## bruschetta

Rinde 12 porciones

Coloca la hoja en el **Quick Chef** y procesa la albahaca, ajo molido, aceite de oliva y Sazonador; coloca en el **Recipiente Stuffables™ de 6 tazas**. Pica los tomates con **La Máquina Picadora** y añade a la mezcla de albahaca. Mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Combina de maravilla con Crostini (pág. 23) o con Pan Pita Tostado (pg. 29).

### Variación de la Receta:

**Bruschetta Ensalada de Pasta** Pica los tomates y otros ingredientes en el Quick Chef. La mezcla se convierte en una salsa ligera. Revuelve con tres tazas de pasta cocida; sirve frío o a temperatura ambiente.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox 2 Cdas. (43g), Porciones por Receta: 12, Calorías 40, Calorías de Grasa 35, Total Graso 4g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 55mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 1g, Azúcar 1g, Proteína 0g

1 libra de tomates cerezos, por la mitad, sin semillas  
3 dientes de ajo, pelados y molidos  
3 Cdas. de albahaca fresca  
3 Cdas. de aceite de oliva extravirgen  
1 1/2 cdita. **Sazonador Italiano**

### idea para servir

Cuando coseches numerosos tomates en tu jardín, llena un **Recipiente Stuffables™**, adjunta una copia de la receta de Bruschetta y regálala a tu vecino.

## albóndigas al minuto

Rinde 24 albóndigas de 1"

En el **Tazón Thatsa™**, mezcla los ingredientes con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Prepara albóndigas de 1" con la Cuchara del **Juego de Cucharas Medidoras**. Coloca las albóndigas en la Rejilla sobre la Base del **Oval Microwave Cooker**. Cocina al microondas, en Potencia Alta, por 4 minutos; deja reposar.

**Sugerencia para Servir:** Sirve con la Salsa Barbacoa Humeante (abajo) o con tu salsa favorita.

### Variación de la Receta:

**Albóndigas de Pavo** Reemplaza la carne con pavo; puede que necesites aumentar la cantidad de Sazonador.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 6 albóndigas (117g), Porciones por Receta: 24, Calorías 220, Calorías de Grasa 67, Total Graso 7g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 80mg, Sodio 425mg, Total Carbohidratos 7g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 29g

1 libra de carne molida extra magra  
4 cditas. de la **Sopa de Papas con Puerros**  
1 cdita. **Sazonador Cajun**  
1/4 taza de pan rallado sazonado

### idea para servir

Cuando sirvas un *buffet*, acomoda las Albóndigas en una bandeja e inserta un colorido mondadientes de fiesta en cada una para que sean fáciles de servir.

## salsa barbacoa humeante

Rinde 1 1/4 tazas

Coloca los 3 primeros ingredientes en el **Recipiente Quick Shake®**, sella y sacude hasta mezclar bien. Añade agua, si es necesario, para adelgazar la salsa. Coloca en el **Tazón Open House™ para Dip** y refrigera hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2 Cdas.(28g), Porciones por Receta: 10, Calorías 30, Calorías de Grasa 2, Total Graso >1g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 481mg, Total Carbohidratos 8g, Fibra 0g, Azúcar 3g, Proteína 1g

1 tza de *ketchup*  
2 Cdas. del **Sazonador con Sabor a Barbacoa**  
2 cditas. de salsa *Worcestershire*  
1 Cda. de agua (si se requiere)

## pizza dulce de fruta

Rinde 40 cuadrados (aprox. 2 1/4" x 2")

Para preparar la corteza, presiona la masa para medias lunas, sobre la lámina para hornear galletas cubierta, con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Pellizca los bordes para unir. Hornea a 350°F por 12 minutos; enfría ligeramente. En un **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas**, mezcla el queso crema, azúcar y Especies. Con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**, extiende el queso crema sobre la corteza, termina rociando con pasas y fresas. Refrigera hasta servir. Retira de la hoja de silicón antes de cortar.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 cuadrado (27g), Porciones por Receta: 40, Calorías 70, Calorías de Grasa 30, Total Graso 3g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 5mg, Sodio 115mg, Total Carbohidratos 8g, Fibra 0g, Azúcar 4g, Proteína 2g

2 pqtes.(8 oz.) de medias lunas *crescent*, bajas de grasa  
1 pqte.(8 oz.) de queso crema *Neufchatel* bajo de grasa, suavizado  
3 Cdas. de azúcar en polvo  
1 pinta de fresas lavadas, sin tallo y en rebanadas  
1/2 taza de pasas  
1 1/2 cdita. **Especies de Canela y Vainilla** (opcional)

## papas majadas con aderezos

Rinde 8 porciones

En el **Oval Microwave Cooker**, coloca las papas en el Colador Poco Profundo y Profundo sobre la Base (con 1 taza de agua). Cocina al microondas, 8-10 minutos, hasta que queden suaves. Coloca los ingredientes para acompañar en el **Juego Servir Center**<sup>®</sup>. Escurre y coloca las papas en la Base, añade el queso crema y maja ligeramente. Con la **Cuchara para Servir Helado**, coloca una porción (4 oz.) de papas en la **Copas Sheerly Elegant**<sup>™</sup> y acompaña con tus aderezos favoritos. Sirve inmediatamente.

Almacena los sobrantes en el **Recipiente Rock 'N Serve**<sup>™</sup> Mediano Profundo y congela para usar luego.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción de Servir: Aprox. 1/2 taza (113g), Porciones por Receta: 8, Calorías 105, Calorías de Grasa 14, Total Graso 2g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 5mg, Sodio 36mg, Total Carbohidratos 19g, Fibra 1g, Azúcar 0g, Proteína 3g

## emparedados de carne y queso

Rinde 6 porciones

**Al Microondas:** Vierte el consomé en la Base del **Oval Microwave Cooker**, revuelve con el Sazonador; cubre y cocina en el microondas en Potencia Alta por 4-5 minutos. Retira la cubierta y añade la carne, tapa y cocina por 1 1/2-2 minutos. Coloca 2 tajadas de queso, en cada pan, y añade la carne. Sirve el consomé (au jus) sobre el emparedado con una cuchara o sívelo en un tazoncito para acompañar. Sirve de inmediato.

**En Hornilla:** Calienta el consomé y mezcla con el Sazonador, a fuego Medio Alto, en la **Sartén Chef Series**<sup>™</sup> para **Freír de 9.5"**. Cuando esté por hervir, coloca la carne en la sartén revolviendo con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** hasta que esté cocido a tu gusto. Retira del fuego y prepara los emparedados.

Refrigera o congela los sobrantes en el **Recipiente Rock 'N Serve**<sup>™</sup>.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 Emparedado (292g), Porciones por Receta: 6, Calorías 480, Calorías de Grasa 185, Total Graso 21g, Grasa Saturada 11g, Colesterol 75mg, Sodio 2360mg, Total Carbohidratos 36g, Fibra 2g, Azúcar 5g, Proteína 39g

2 libras de papas rojas con piel  
4 Cdas. de queso crema  
*Neufchatel*, bajo de grasa, suavizado

**Aderezos Recomendados:**

1 taza de salsa de queso cheddar  
1 taza de Salsa Simple (pág. 33)  
1 taza de brócoli picadito  
1 taza de Dip Wasabi de Tocino (pág. 30)  
1 taza de hongos y cebollas saltados  
1 taza de queso crema con cebollines  
1 taza de queso rallado

### idea para servir

Disfruta del ambiente relajado de vacaciones sirviendo, a menudo, los alimentos al aire libre.

## broquetas de pollo estilo isleño

Rinde 12 porciones

Coloca el pollo en el **Recipiente Season Serve**<sup>®</sup>; reserva. Mezcla los ingredientes restantes en el **Recipiente Quick Shake**<sup>®</sup>; vierte sobre el pollo para recubrir; deja reposar por 10 minutos. Atraviesa cada trozo de pollo con una broqueta y acomoda sobre un molde flexible, cubierto con la **Hoja Wonder**<sup>™</sup> de **Silicón**; hornéala a 375°F por 20 minutos. Sirve con la Salsa de Maní (receta a continuación) o tu salsa favorita.

**Variación de la Receta:**

**Broquetas de Pollo BBQ y Miel** Reemplaza el **Sazonador de Barbacoa** con la Salsa Barbacoa Humeante (pág. 25).

**Sugerencia para Servir:** Sirve las Broquetas de Pollo Isleño intactas sobre una Arroz Festival. Cocina al vapor el arroz blanco y añade frutas tropicales secas cuando el arroz esté caliente. La fruta y las nueces se humedecerán con el vapor. Este plato ofrece el toque de color.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 broqueta (38g), Porciones por Receta: 12, Calorías 67, Calorías de Grasa 8, Total Graso 1g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 22mg, Sodio 83mg, Total Carbohidratos 6g, Fibra 0g, Azúcar 6g, Proteína 9g

## salsa de maní para acompañar

Rinde aprox. 1/3 taza

En el **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas**, mezcla todos los ingredientes con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Añade agua a la salsa si está muy espesa. Refrigera hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 Cda. (20g), Porciones por Receta: 5, Calorías 72, Calorías de Grasa 43, Total Graso 5g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 220mg, Total Carbohidratos 6g, Fibra 1g, Azúcar 5g, Proteína 3g

Pqte. de 1 libra de trozos de pollo deshuesado y sin piel  
1/4 taza de miel  
2 cditas. de **Sazón Isleño**  
1 Cda. de agua tibia

### idea para servir

Compra broquetas de bambú en cualquier supermercado. Remójalas en agua antes de usar para que no se quemen o colócalas en el pollo después de cocido.

### idea para servir

Atomiza la cuchara de medir con aerosol antiadherente antes de medir alimentos pegajosos como miel o mantequilla de maní.

## ceviche de langostinos

Rinde 24 piezas

Retira las colas de los langostinos. Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, rebana en trozos de 1/2". En el **Tazón Impressions de 10 tazas**, coloca los langostinos, jugo, ajo, culantro y 1 cdita. del Sazonador; mezcla, sella y reserva. Con el **Pelador Tupperware®**, pela los pepinos dejando finas áreas sin pelar, para dar un efecto visual. Corta los extremos de cada pepino y rebana en seis tajadas (de al menos 1" grosor). Con la Cucharadita del **Juego de Cucharas Medidoras**, retira las semillas dejando una pequeña cavidad al centro del pepino; rocíala con el Sazonador y rellénala con la mezcla de langostinos. Refrigera hasta servir. Cuanto más tiempo dejes marinar los langostinos, más fuerte el sabor cítrico y de ajo.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 pieza (72g), Porciones por Receta: 24, Calorías 27, Calorías de Grasa 3, Total Graso tr., Grasa Saturada 0g, Colesterol 37mg, Sodio 128mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 4g

## mini-calzones

Rinde 10 porciones

En un **Recipiente Stuffables™**, combina la salsa para pasta y Sazonador, reserva. En una lámina para galletas cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**, presiona cada bizcochito hasta obtener un círculo de 3–3 1/2" diámetro. Sirve 2 Cdas. de salsa en el centro del disco, rocía con 1 1/2 Cdas. de queso y finalmente, 2 tajadas de pepperoni. Dobra el disco a la mitad, une los bordes de la masa, pellizcando con los dientes de un tenedor. Repite hasta terminar. Hornea a 375°F por 10-12 minutos o hasta dorar. Enfría ligeramente antes de servir.

### Variación de la Receta:

**Vegetariana** Reemplaza el pepperoni con pimientos verdes, cebolla o champiñones.

**Chorizo** Reemplaza el pepperoni con chorizo italiano o de pavo.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 calzone (101g), Porciones por Receta: 10, Calorías 246, Calorías de Grasa 135, Total Graso 15g, Grasa Saturada 5g, Colesterol 18mg, Sodio 977mg, Total Carbohidratos 20g, Fibra 1g, Azúcar 7g, Proteína 9g

4 pepinos  
1 libra de langostinos/  
gambas cocidos y  
pelados  
Jugo de 2 limones o limas  
3 Cdas. de cilantro fresco  
2 dientes de ajo, molido  
2 cditas. **Sazón Sensación  
Latina** (en partes)

### Ingredientes Opcionales:

jalapeños o tomate ciruelo picadito

1 pqte. (12 oz.) de masa para bizcochito *biscuit* refrigerada  
1 1/2 taza de salsa para pasta  
20 tajadas de pepperoni  
1 1/2 tazas de queso mozzarella o Italiano rallado  
1-1 1/2 Cdas. **Sazonador Italiano**

### idea para servir

Sirve tu raspadilla favorita o fruta fresca para terminar con un postre ligero.

## alitas picantes

Rinde aprox. 42 alitas

Calienta el horno a 400°F. Rocía la salsa picante y Sazonador sobre el pollo en el **Recipiente Season Serve®**. Sella, sacude y deja reposar 5-10 minutos. Coloca sobre un molde para hornear cubierto con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Hornea 20-25 minutos.

### Sugerencias de Salsa para Acompañar:

Salsa Blue Cheese (pág. 14)

*Dip* Wasabi de Tocino (pág. 30)

Salsa Barbacoa Humeante (pág. 25)

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2 alitas (45g), Porciones por Receta: 21, Calorías 88, Calorías de Grasa 31, Total Grasa 3g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 36mg, Sodio 140mg, Total Carbohidratos 1g, Fibra 0g, Azúcar 0g, Proteína 13g

## salsa mediterránea

Rinde aprox. 1 1/2 tazas

Lava y cuele los garbanzos en agua caliente sobre un colador; retira la piel con cuidado. Coloca los garbanzos en el **Quick Chef** con la hoja; añade el jugo de limón, aceite de oliva, ajo molido y Sazonador. Cubre y gira la manija, aprox. 30 segundos, hasta mezclar bien. Sirve en el **Tazón Open House™ para Dip** con vegetales en tajaditas, tus hojuelas favoritas o Pan Pita Tostado (receta a continuación).

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción de Servir: 2 Cdas. (22g), Porciones por Receta: 12, Calorías 76, Calorías de Grasa 56, Total Graso 6g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 86mg, Total Carbohidratos 4g, Fibra 1g, Azúcar 0g, Proteína 1g

## pan pita tostado

Rinde 24 tostadas

Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, rebana las pitas en 8 tajadas; recubre ligeramente con aerosol antiadherente y rocía con Sazonador cada tajada. Hornea a 350°F sobre una lámina para hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**, de 7-10 minutos o hasta dorar. Almacena los sobrantes en el **Recipiente Stuffables™**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tostada (8 g), Porciones por Receta: 24, Calorías 22, Calorías de Grasa 2, Total Graso 0g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 83mg, Total Carbohidratos 4g, Fibra 0g, Azúcar 0g, Proteína 1g

2 libras de alitas de pollo o 2 libras de pechugas de pollo deshuesadas, en tiritas  
3-4 Cdas. de tu salsa picante favorita  
2 Cdas. de tu Sazón preferido: **Barbacoa, Italiano, Cajun, Isleño o de Jengibre Estilo Oriental**

### idea para servir

Usa pimientos frescos rojos, verdes y amarillos para servir las salsas. Rebana la parte superior del pimiento. Retira las semillas y pulpa. Rebana ligeramente la base para que se sostenga vertical. Rellena con tu dip favorito.

1 lata (15 oz.) de Garbanzos  
5 Cdas. de aceite de oliva extravirgen  
Zumo de 1/2 limón  
1 diente de ajo, pelado y molido  
1 cdita. **Sazonador Sensación Latina**

3 panes Pita grandes  
1-2 cditas. **Sazón Sensación Latina o Chipotle del Sudoeste**  
Aerosol antiadherente de cocina

## creaciones de galletas

Rinde 12 galletas

Mezcla el Sazonador con la salsa para pasta; reserva. Coloca las galletas de soda en una lámina para galletas, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**; rocía 2 cditas. de salsa para pasta sobre cada galleta con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Rocía con una Cda. de pollo sobre la salsa; siguiendo con 1 Cda. de queso. Hornea a 350°F, por 7-10 minutos, o hasta dorar. Sirve de inmediato.

### Variación de la Receta:

**Creaciones con Carne** Reemplaza con 1 taza de carne molida **Creaciones con Vegetales** Omite el pollo y reemplaza con tus vegetales favoritos

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 galleta de soda (39g), Porciones por Receta: 12, Calorías 70, Calorías de Grasa 30, Total Graso 3g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 15mg, Sodio 135mg, Total Carbohidratos 5g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 6g

1/2 taza de salsa para pasta  
1 taza de pollo cocido, demenuzado  
12 Cdas. de queso rallado (*cheddar, pepper jack*)  
1 cdita. **Sazonador Italiano**  
12 galletas de soda tamaño familiar

### idea para servir

Usa **Recipientes Rock 'N Serve™** para congelar los sobrantes de pollo.

## dip wasabi de tocino

Rinde aproximadamente 1 1/4 taza

Coloca 5 tiras de tocino en la Rejilla sobre la Base del **Oval Microwave Cooker**; cubre y cocina al microondas, en Potencia Alta, por 4 1/2 minutos. Retira el tocino y déjalo enfriar antes de desmenuzarlo. En el **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas** mezcla la crema agria y Sazonador con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**; revuelve con el tocino. Cubre y refrigera hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 2 Cucharadas (29g), Porciones por Receta: 10, Calorías 60, Calorías de Grasa 40, Total Graso 5g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 15mg, Sodio 130mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 2g

1 taza de crema agria, baja de grasa  
5 tiras de tocino bien crujiente (aprox. 1/4 taza), desmenuzado  
1 Cda. **Sazonador Wasabi Ranch**

## enrollado mixto

Rinde 12 porciones

En una lámina para galletas, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**, estira la masa para panecillos, enroscando cada panecillo y presionando los extremos para mantener la forma. Hornea a 375°F, por 13-15 minutos, hasta dorar. Retira del horno y enfría. En un **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas**, mezcla el queso crema, mayonesa y Sazonador con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Estira aprox. 1 Cda. de la mezcla de queso sobre la mitad de los panecillos y, enseguida, envuelve con una tajada de jamón. Refrigera hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN Porción 1 enrollado (65g), Porciones por Receta: 12, Calorías 140, Calorías de Grasa 45, Total Graso 5g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 15mg, Sodio 610mg, Total Carbohidratos 14g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 8g

1 pqte. (11 oz.) masa refrigerada para panecillos  
4 onzas queso *Neufchatel*, suavizado  
1 Cda. de mayonesa  
1-1 1/2 Cdas. **Sazonador de Vegetales**  
12 tajadas de jamón en tajaditas finas

## emparedados de pepino

Rinde aprox. 24 mini emparedados

En un **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas**, mezcla el queso, mayonesa y Sazonador con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**; reserva. Con el **Recipiente Classic Sheer Midget®** corta cuatro círculos de cada tajada de pan (24 en total); resérvalos en un plato o en la base del **Porta Pasteles Redondo**. Con el **Cuchillo Chef Series™ Utilitario o de Precisión**, rebana finamente el pepino y coloca sobre cada círculo de pan. Llena el **Bolso para Decorar** con la mezcla de queso crema y sirve sobre cada tajada de pepino con la **Boquilla de Estrella Abierta o Cerrada**. Refrigera hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 Emparedado (25g), Porciones por Receta: 24 Emparedados, Calorías 45, Calorías de Grasa 25, Grasa Total 3g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 5mg, Sodio 100mg, Total Carbohidratos 4g, Fibra 1g, Azúcar 1g, Proteína 2g

1 queso (8 oz.) *Neufchatel*, bajo de grasa, suavizado  
1 Cda. de mayonesa  
1-2 Cdas. **Sazonador de Vegetales**  
6 tajadas de pan de trigo  
1 pepino grande, lavado

### idea para servir

Para un *brunch* o despedida de soltera, sirve los emparedados en la Base del **Porta Pasteles Redondo** sobre pitos.

## redondelas de jamón y queso

Rinde 16-20 redondelas

Estira la masa en dos rectángulos sobre la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Rocía cada rectángulo con tres Cdas. de queso Suizo y 1 cdita. del Sazonador. Estira encima las tajadas de jamón. Comenzando con el lado más largo, enrolla cada rectángulo tensando para crear dos cilindros; pellizcando los extremos para unir. Coloca sobre una tabla de cortar y con el **Cuchillo Chef Series™ Utilitario o de Precisión**, corta ocho tajadas de cada cilindro. Hornea a 350°F, por 11-13 minutos, hasta dorar.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 Redondela (27g), Porciones por Receta: 16, Calorías 70, Calorías de Grasa 30, Total Graso 4g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 5mg, Sodio 320mg, Total Carbohidratos 6g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 4g

6 tajadas de jamón en rebanadas finas  
1 lata (8 oz.) de panecillos de media luna *croissant* bajos de grasa  
1/3 taza + 1 Cda. de queso suizo rallado  
2 cditas. **Sazonador Italiano o Cajun**

## dip picante sudoeste

Rinde aprox. 8 a 10 porciones

En el **Tazón Thatsa™ Jr.**, revuelve los ingredientes con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Cubre y refrigera hasta servir. Sirve en el **Tazón Open House™ para Dips** con papitas o úsalo para acompañar tacos.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 1/3 taza (113g), Porciones por Receta: 8, Calorías 100, Calorías de Grasa 63, Total Graso 7g, Grasa Saturada 4g, Colesterol 30mg, Sodio 486mg, Total Carbohidratos 7g, Fibra >1g, Azúcar 5g, Proteína 3g

1 envase (16 oz.) de crema agria, baja de grasa  
1 lata (10.5 oz.) tomates picados con chiles/ají  
3 Cdas. **Sazonador Chipotle del Sudoeste**

## champiñones rellenos

Rinde aprox. 24 champiñones, dependiendo del tamaño

Retira con cuidado los tallos de los champiñones. En el **Recipiente Stuffables™**, mezcla el queso crema, cebollita china y Sazonador con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Llena el **Bolso para Decorar** con el relleno de queso. Usa la Boquilla de Estrella Abierta para rellenar cada champiñón con 1 cdita. de relleno; luego, colócalos en un molde flexible, cubierto con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Hornea a 350°F, por 15-20 minutos, hasta que los champiñones y el relleno estén dorados.

**Versión Ligera:** Omite la mayonesa de la receta o usa una con poca grasa o desgrasada.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción de Servir: 1 champiñón (26g), Porciones por Receta: 24, Calorías 35, Calorías de Grasa 27, Total Graso 3g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 7mg, Sodio 65mg, Total Carbohidratos 1g, Fibra 0g, Azúcar 1g, Proteína 1g

1 pqte. (16 oz.) champiñones blancos, lavados y secos  
1 pqte. (8 oz.) queso *Neufchatel* bajo de grasa, suavizado  
2 Cdas. de mayonesa  
3-4 Cdas. de cebollita china/cebollines, picadita  
1-2 cditas. **Sazonador Italiano**

### idea para servir

Enjuaga los champiñones y sécalos, rápidamente, para que no se ablanden.

## pizza de tomate y tocino

Rinde aprox. 40 cuadraditos (aprox. 2 1/4" x 2")

Para la corteza, estira la masa para medias lunas *crescent* en una lámina para galletas, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Pellizca los bordes para unir. Hornea a 350°F por 12 minutos; retira del horno y enfría ligeramente. Usa el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión** para rebanar los tomates a la mitad; reserva. En el **Tazón Impressions de 5 1/2 tazas**, mezcla el queso crema, mayonesa y Sazonador. Con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**, estira la mezcla de queso crema sobre la corteza; rocía con el tocino desmenuzado y sigue con los tomates. Retira la pizza de la hoja antes de cortar.

### Variación de la Receta:

**Pizza BLT** Añade 1 taza de lechuga picadita sobre el tomate.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 cuadrado (28g), Porciones por Receta: 40 Cuadrados, Calorías 80, Calorías de Grasa 45, Total Graso 5g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 5mg, Sodio 180mg, Total Carbohidratos 5g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 2g

20 tiras de tocino, cocidas y desmenuzadas (aprox. 1 taza)  
2 pqtes. (8 oz.) de medias lunas *crescent* poca grasa  
1 pqte. (8 oz.) queso *Neufchatel* poca grasa, suavizado  
2 Cdas. de mayonesa  
1 Cda. **Sazonador de Vegetales**  
1 pinta de tomatitos cerezo

### idea para servir

Pon un mantel y servilletas blancas, en la mesa y los **Platos Open House™ para Cena**. ¡Adorna la mesa con velas blancas y disfruta el ambiente!

## salsa de duraznos

Rinde aprox. 2 1/2 tazas

Coloca los trozos de manzana en el **Quick Chef** con la hoja; gira la manija, 5 ó 6 veces. Añade los duraznos pelados sobre el jugo; cubre y gira la manija 5 ó 6 veces más hasta que la fruta esté picada.

Sirve con las Hojuelas de Canela (abajo) or galletas *graham*.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/4 taza (62g), Porciones por Receta: 10, Calorías 25, Calorías de Grasa 0, Total Graso 0g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 0mg, Total Carbohidratos 7g, Fibra 1g, Azúcar 6g, Proteína 0g

## hojuelas de canela

Rinde aprox. 4 docenas de hojuelas

Mezcla el azúcar y especias en el **Tazón Thatsa™**. Rocía las tortillas sobre ambos lados y coloca en el Tazón Thatsa™, sella y sacude para recubrir. Para asegurar que las hojuelas estén crujientes, acomoda las tortillas, sin sobreponer, en una lámina para hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Hornea a 350°F, por 8-10 minutos, hasta dorar.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 8 hojuelas (21g), Porciones por Receta: 6, Calorías 80, Calorías de Grasa 17, Total Graso 2g, Grasa Saturada <1g, Colesterol 0mg, Sodio 91mg, Total Carbohidratos 14g, Fibra <1g, Azúcar 2g, Proteína 2g

## simplemente salsa

Rinde aprox. 2 tazas

Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión** pela y rebana la cebolla en 4 trozos; coloca en el **Quick Chef** con la hoja, cubre y gira la manija hasta que la cebolla esté picada. Añade los ingredientes restantes; cubre y gira la manija hasta obtener la consistencia deseada. Antes de servir la salsa en un **Tazón Open House™ para Dip**, con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**, retira la hoja y colócala al revés de la cubierta.

**Sugerencia para Servir:** Sirve con hojuelas o para acompañar tacos.

### Variación de la Receta:

**Pico de Gallo** Reemplaza con 3 ó 4 tomates cerezos

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 1/3 taza (95g), Porciones por Receta: 6, Calorías 27, Calorías de Grasa 0, Total Graso 0g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 282mg, Total Carbohidratos 6g, Fibra 2g, Azúcar 4g, Proteína 1g

1 manzana *Granny Smith*, grande (sin el corazón y cortada en rodajas)  
3 duraznos (pelados y sin semilla)  
1 Cdas. de zumo (naranja o manzana)

### idea para servir

Sirve esta salsa sobre helado de vainilla y duraznos frescos en tajaditas.

2 tortillas de harina de 10" en tiritas (aprox. 24 tiras)  
Aerosol de cocina antiadherente (sabor a mantequilla)  
1 Cdas. de azúcar  
2 cditas. **Especias de Canela y Vainilla**

### idea para servir

Perfecto con helado y salsa de durazno.

1 cebolla mediana (pelada y cortada a la mitad)  
2 dientes de ajo (pelados y molidos)  
Zumo de 1/2 lima  
1 lata (15 oz.) de tomates picaditos  
1 Cda. **Sazonador Chipotle del Sudoeste Sazonador Sensación Latina** al gusto

### Ingredientes Opcionales:

2-3 Cdas. de culantro fresco

## taco nachos simples

Rinde aprox. 3 docenas

Con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** sirve aprox. 1-1½ cdita. de frijoles sobre cada hojuela. Coloca las hojuelas sobre una lámina para hornear, forrada con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Rocía la carne y queso sobre los frijoles. Hornea a 400°F, por 8-10 minutos, hasta que el queso esté derretido y burbujeante.

### Variación de la Receta:

**Nachos Vegetarianos Simples** Omite la carne molida.

**Nachos de Pollo Simples** Reemplaza la carne con 1 taza de pollo cocido rallado.

**Sugerencia para Servir:** Adorna con Simplemente Salsa (pág. 33) o Dip Picante Sudoeste (pág. 31).

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción de Servir: 1 nacho (23g), Porciones por Receta: 36, Calorías 40, Calorías de Grasa 17, Total Graso 2g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 7mg, Sodio 90mg, Total Carbohidratos 3g, Fibra 1g, Azúcar 0g, Proteína 3g

## sabroso guacamole

Rinde aproximadamente 2 tazas

Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, pela y rebana la cebolla en 4 pedazos; coloca en el **Quick Chef** con la hoja, cubre y gira la manija para picar. Añade los ingredientes restantes, cubre y gira la manija de nuevo hasta obtener la consistencia deseada. Usa la **Espátula, de Silicón, para Salsas** para colocar en el **Tazón Open House™ para Dip**.

**Sugerencia para Servir:** Sirve con tus hojuelas de tortilla favoritas o usa como ingredientes para acompañar tacos.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 2 Cdas. (31g), Porciones por Receta: 16, Calorías 43, Calorías de Grasa 35, Total Graso 4g, Grasa Saturada 0.5g, Colesterol 0mg, Sodio 35mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 1g, Azúcar 0g, Proteína 1g

## dip mexica-picante

Rinde aproximadamente 2¼ tazas

Pica las alcachofas en el **Quick Chef** con la hoja. Coloca todos los ingredientes en la Base del **Oval Microwave Cooker**, mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Cocina al microondas 3-5 minutos. Sirve con Crostini (pág. 23), tortilla chips, o Tostadas de Pan Pita (pág. 29).

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: ¼ taza (78g), Porciones por Receta: 9 Calorías 78, Calorías de Grasa 45, Total Graso 5g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 17mg, Sodio 212mg, Total Carbohidratos 5g, Fibra 2g, Azúcar 1g, Proteína 4g

½ de la Receta Relleno Básico de Res (1 taza), estilo Mexicano (pág. 11)  
1 lata (16 oz.) frijoles refritos, sin grasa  
1 taza de queso estilo Mexicano rallado  
Hojuelas de maíz

2 aguacates Hass maduros, pelados  
1 cebolla pequeña (½ taza)  
Zumo de ½ lima  
**Sazonador Sensación Latina** a gusto

### idea para servir

Perfecto con helado y salsa de durazno.

1 lata (14 oz.) de corazones de alcachofa, escurridos  
½ taza de crema agria, baja de grasa  
1 taza de queso estilo mexicano, rallado  
1 lata (10 oz.) de tomates picados con chile, escurridos  
1 Cda. **Sazonador Chipotle del Sudoeste**

## postres exquisitos

## budín de pan con chocolate

Rinde 8 porciones

Retira las cortezas del pan y rebana el pan diagonalmente, coloca en el **Molde Redondo de Silicón de 9"**. Mezcla los huevos y crema en el **Recipiente Quick Shake®**. Vierte la mezcla del huevo en la **Cacerola Chef Series™ de 2½ Cuartos**, añade el azúcar, especias y chocolate; calienta a fuego bajo, revolviendo con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** hasta derretir el chocolate. Vierte la mezcla del chocolate sobre el pan, dejando que éste lo absorba. Hornea a 350°F por 20-25 minutos; sirve tibio.

**Opciones para Acompañar:** crema de leche batida *chantilly*, helado o salsa de chocolate *fudge*

### Variación de la Receta:

**Budín de Pan con Menta** Reemplaza con grageas de chocolate con menta.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. ½ taza (128g), Porciones por Receta: 8, Calorías 450, Calorías de Grasa 290, Total Graso 32g, Grasa Saturada 19g, Colesterol 135mg, Sodio 140mg, Total Carbohidratos 37g, Fibra 2g, Azúcar 27g, Proteína 7g

## pastel fácil de chocolate

Rinde 12 porciones

Mezcla los tres primeros ingredientes en el **Tazón Thatsa™** con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** hasta humedecer. La consistencia quedará espesa. Estira la masa en la Base del **Oval Microwave Cooker**; cubre y cocina al microondas en Potencia Alta, de 8-10 minutos. El pastel quedará bien húmedo. Cubre el pastel con glaseado y sirve de inmediato.

**Un toque especial:** Llena el **Bolso para Decorar** con crema batida no láctea y sirve con el pastel en vez del glaseado.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 trozo (108g), Porciones por Receta: 12, Calorías 324, Calorías de Grasa 110, Total Graso 12g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 0mg, Sodio 420mg, Total Carbohidratos 54g, Fibra 2g, Azúcar 41g, Proteína 3g

8 rebanadas de pan (mejor si no es pan fresco)  
2 tazas de crema batida  
2 huevos grandes  
1 taza de grageas de chocolate semidulces  
⅓ taza de azúcar  
½ cdita. **Especia de Canela y Vainilla** (opcional)

### idea para servir

Humedece los bordes de las **Copas de Cóctel Sheerly Elegant™** y sumerge en azúcar o cacao en polvo. Con cuidado, sirve el budín en las copas, adorna con crema batida y salpica unas mini grageas de chocolate.

1 pqte. (18¼ oz.) de mezcla para pastel de chocolate  
1 lata (15 oz.) de calabaza  
1 cdita. **Especia de Canela y Vainilla** (opcional)  
1 tubo (12 oz.) de glaseado de vainilla (o tu sabor favorito) opcional

## trufas de brownie

Rinde aprox. 24-28 trufas

En el **Recipiente Quick Shake®**, mezcla los huevos; reserva. En el **Tazón Thatsa™**, coloca todos los ingredientes y mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** hasta humedecer. Hornea a 350°F en molde de 15" x 10", cubierto con la **Hoja Wonder™ de Silicón**, por 17-20 minutos. Deja enfriar, un minuto, antes de formar las trufas. Con la Cuchara del **Juego de Cucharas Medidoras**, saca por cucharadas los brownies y forma las bolitas; recubre con cacao o nueces. Coloca las trufas en el **Recipiente Fresh 'n Cool™**. Nota: Debes formar las trufas cuando los brownies están calientes y moldeables.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 trufa (37g), Porciones por Receta: 24, Calorías 150, Calorías de Grasa 70, Total Graso 8g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 20mg, Sodio 100mg, Total Carbohidratos 20g, Fibra 1g, Azúcar 12g, Proteína 2g

1 pte.(21 oz.) de mezcla para *brownie con fudge*  
2 huevos  
1/2 taza de aceite canola  
1/4 taza de agua

**Opciones para Recubrir:**  
3 Cdas. de cacao sin azúcar, azúcar en polvo o nueces finamente picadas

### idea para servir

Coloca las Trufas de Brownie, en moldes de papel para hornear, con diseño festivos. Acomoda en el **Recipiente Snack Stor®**. Adorna atando con una cinta.

## barritas de menta

Rinde 12 porciones

Combina la mezcla para brownie, crema agria, agua y huevo en el **Tazón Thatsa™**, sin revolver demasiado. Con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**, estira 1/2 de la mezcla sobre un molde flexible de 15" x 10" cubierto con la **Hoja Wonder™ de Silicón**; salpica las mentas sobre la mezcla de brownie y luego, estira la otra mitad de la masa cubriendo completamente las mentas. En la rejilla intermedia, hornea a 350°F, por 16-19 minutos; los brownies quedarán bien amolochados.

**Ingredientes Opcionales:** Glaseado con colorante vegetal verde y mentas de chocolate picaditas.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 1 cuadrado (83g), Porciones por Receta: 12, Calorías 272, Calorías de Grasa 58, Total Graso 6g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 21mg, Sodio 212mg, Total Carbohidratos 52g, Fibra 2g, Azúcar 37g, Proteína 3g

Mezcla para brownie estilo *fudge* (molde de 13" x 9")  
1/2 taza de queso crema bajo de grasa  
1/4 taza de agua  
1 huevo  
12 mentas (aprox. 6 oz.), picadas

### idea para servir

Coloca la mezcla para brownie en el **Recipiente Modular Mates® Oval 2** y sella. Ata con una cinta, coloca las mentas en una bolsita transparente y adjunta la receta.

## postre “sírvenme”

Rinde 10 porciones

En el **Tazón Thatsa™ Jr.**, mezcla el queso *mascarpone* con azúcar en polvo hasta obtener una consistencia ligera. Llena el **Bolso para Decorar** con la mezcla de queso y refrigera. Rebana el ponqué con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión** en 10 tajadas; reserva. Haz cuatro cortes profundos en las fresas (90%), manteniendo las hojitas, reserva. Con la Boquilla de Estrella Abierta, sirve aprox. 1 Cda. de la mezcla de *mascarpone* sobre cada porción de ponqué; adorna con una fresa. Refrigera hasta servir.

\*También, se sugiere Queso regular *mascarpone* con 2 Cdas. de café bien cargado, frío o expreso.

**Variación de la Receta:**

**Ponqué con Frambuesa** Reemplaza las fresas con frambuesas.

**Ponqué Angel** Reemplaza el ponqué (pound cake) por bizcocho estilo *angel food cake*.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tajada (73g), Porciones por Receta: 10, Calorías 232, Calorías de Grasa 136, Total Graso 15g, Grasa Saturada 8g, Colesterol 55mg, Sodio 153mg, Total Carbohidratos 20g, Fibra 1g, Azúcar 13g, Proteína 3g

## esencia gloriosa

Rinde 2 tazas

Derrite el chocolate en la Base del **Oval Microwave Cooker** por 1 1/2-2 minutos. Revuelve y cocina al microondas otros 30 segundos, si es necesario. Recubre los alimentos con el chocolate y coloca en la lámina de hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Tomará consistencia después de unos minutos, puedes refrigerar. Nota: El chocolate de leche demora más en fijar que el chocolate semi dulce u oscuro.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN DEL CHOCOLATE: Porción: 1 1/2 cdita. (9g) Porciones por Receta: 50, Calorías 45, Calorías de Grasa 25, Total Graso 3g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 0mg, Sodio 0mg, Total Carbohidratos 6g, Fibra 0g, Azúcar 5g, Proteína 1g

1 pte. (8 oz.) queso para Tiramisu *mascarpone*  
1 pte. (10 3/4 oz.) ponqué *Pound Cake* bajo de grasa  
2 Cdas. de azúcar en polvo  
10 fresas, lavadas y secas

### idea para servir

**Fanáticos de las Fresas**  
Con un **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, haz cuatro cortes en las fresas desde abajo de las hojitas hasta la base. Sobre la tabla de cortar, coloca un dedo bajo las hojas y presiona abriendo las tajadas. Coloca sobre el pastel.

1 bolsa (12 oz.) grajeas de chocolate semidulce o de leche  
1 taza de fruta surtida (plátano, fresas, piña)  
1 taza de papitas, galletas o trozos de ponqué/*pound cake*

**Opciones para Acompañar:**  
Nueces picadas, coco rallado, virutas de chocolate y confites

### idea para servir

Salpica con chocolate blanco derretido cuando el chocolate está fijo.

## pastelitos de plátano

Rinde 9 pastelitos

Con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión**, corta la masa hojalde en nueve cuadrados homogéneos; reserva. En un **Tazón Impressions de 10 tazas**, mezcla los plátanos, miel de maple y Especies con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**, presionando ligeramente los plátanos. Coloca los cuadrados de masa en una lámina para galletas, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Sirve una cucharada, llena de la mezcla de plátano, en el centro de cada masita. Sujeta cada esquina y une creando un bolsillo. Las uniones de los lados son visibles. Hornea a 375°F en la rejilla central, de 13-15 minutos hasta dorar. Puede que se abran las uniones al hornear. Retira del horno y presiona las esquinas que se hayan abierto. Deja reposar varios minutos para servir.

### Variación de la Receta:

**Pastelitos de Albaricoque** Reemplaza con 1/2 taza de relleno de albaricoque y 1/2 cdita. de Especies de Canela y Vainilla. Sigue las mismas instrucciones.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción para Servir: 1 pastelito (40g), Porciones por Receta: 9, Calorías 70, Calorías de Grasa 12, Total Graso 2g, Grasa Saturada 0g, Colesterol 0mg, Sodio 15mg, Total Carbohidratos 15g, Fibra 1g, Azúcar 11g, Proteína 1g

## bolitas de chocolate con galleta

Rinde 8 porciones

El queso *Neufchatel* necesita estar bien suave (pon al microondas por 30 segundos, a 50% de potencia, en el **Recipiente Rock 'N Serve™ Mediano Poco Profundo**, si es necesario). En el **Tazón That'sa™**, combina el queso, azúcar en polvo y Especies; reserva. Con **La Máquina Picadora**, tritura las galletas y añade a los otros ingredientes, mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas** formando una bola. Pica las grageas de chocolate con **La Máquina Picadora**; rueda la bola en las grageas, cubre y mantén refrigerada hasta servir.

**Sugerencia para Servir:** galletas Graham, galletas de azúcar o galletas estilo *wafel*

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción de Servir: 1 bola de galleta, Porciones por Receta: 8, Calorías 260, Calorías de Grasa 130, Total Graso 15g, Grasa Saturada 8g, Colesterol 25mg, Sodio 270mg, Total Carbohidratos 29g, Fibra 1g, Azúcar 21g, Proteína 4g

1 pieza de masa hojalde *puff pastry*, descongelada  
2 plátanos maduros (pelados y en rebanadas)  
1/4 taza de miel de maple (o pura)  
1 cdita. **Especies de Canela y Vainilla**

### idea para servir

Espolvorea, ligeramente, los pastelitos con azúcar en polvo antes de servir.

1 pqtte. (8 oz.) queso *Neufchatel*, bajo en grasa, suavizado  
16 galletitas emparedado de crema de chocolate  
1/4 cdita. **Especies de Canela y Vainilla**  
1/2 taza de grageas de chocolate de leche (o semidulces)  
1/4 taza de azúcar en polvo

## delicia triple

Rinde 12 porciones

Corta el bizcocho, en cuadritos, con el **Cuchillo Chef Series™ Utilitario** sobre una tabla de cortar. Coloca la mezcla de pudín en el **Recipiente Quick Shake®**, coloca el inserto para mezclar y sella. Sacude aproximadamente por 1-1 1/2 minutos o hasta espesar; reserva. Coloca mitad del bizcocho en cuadritos en el **Tazón Sheerly Elegant™ Grande**; extiende el pudín encima con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**, siguiendo con 1/2 lata de relleno de cereza, luego, 1/2 envase de crema batida, repite el orden.

### Variación de la Receta:

**Selva Negra** Reemplaza el pudín de vainilla por salsa de chocolate *fudge*.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1/2 taza (189g), Porciones por Receta: 12, Calorías 290, Calorías por Grasa 25, Total Graso 3g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 4mg, Sodio 430mg, Total Carbohidrato 60g, Fibra 0g, Azúcar 30g, Proteína 5g

1 pqtte. (15 oz.) de bizcocho *angel food* (comercial)  
2 pqttes. (3.4 oz.) de pudín de vainilla Francesa  
28 oz. de leche fría con poca grasa  
1 lata (20 oz.) de relleno para tarta de cereza  
envase de 8 oz. de crema batida *ligera*, no láctea

### idea para servir

Para que luzca elegante, decora con crema batida con el **Bolso para Decorar**.

## cobbler fácil de fresa

Rinde 12 porciones

En el **Molde Redondo de 9"** de **Silicón**, coloca las frutillas, relleno para tarta y Especies, revuelve de manera envolvente con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Desmenuza o rebana la masa para galleta sobre la mezcla de frutas. Hornea a 375°F por 25-30 minutos, hasta que la corteza esté dorada. Usa la **Espátula** para retirar el *cobbler* del molde.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 1/2 taza (149 g), Porciones por Receta: 12, Calorías 313, Calorías de Grasa 81, Total Graso 9g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 11mg, Sodio 200mg, Total Carbohidratos 56g, Fibra 2g, Azúcar 40g, Proteína 3g

2 pqttes. (12 oz.) de frutas congeladas surtidas  
1 lata (21 oz.) de relleno para tarta (durazno, cereza o arándanos)  
1/2 cdita. **Especies de Canela y Vainilla**  
1 pqtte. (18 oz.) de masa refrigerada para galletas de azúcar

## pastel de nueces

Rinde 10 porciones

Con **La Máquina Picadora**, pica las pecanas. Coloca el bizcocho en la base del **Porta Pastel Redondo**. Usa el **Cuchillo Chef Series™ para Pan** y rebana el bizcocho horizontalmente; reserva la mitad superior. Vierte el caramelo sobre la mitad inferior, siguiendo con media taza de pecanas. Coloca la tapa superior y glasea el bizcocho con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Rocía el resto de las pecanas sobre el bizcocho. Cubre hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tajada (117g), Porciones por Receta: 10, Calorías 440, Calorías de Grasa 151, Total Graso 17g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 0mg, Sodio 270mg, Total Carbohidratos 71g, Fibra 1g, Azúcar 41g, Proteína 4g

1 pqtte. (15 oz.) de bizcocho *angel food* (comercial)  
1 taza de pecanas picadas  
6 oz. cubierta de caramelo *butterscotch*  
1 envase (16 oz.) de glaseado de queso crema

## tarta cremosa de coco

Rinde 8 porciones

### Para servir en el Porta Postres Impressions

Pinta la corteza con una clara de huevo y hornea 5 minutos a 350°F. Invierte la corteza horneada de tarta en su cubierta original y retira el molde. Coloca la base del **Porta Postres Impressions** sobre la corteza y voltear; retira la cubierta y reserva.

Rocía 1/2 taza de coco sobre una lámina para hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Hornea a 350°F, por 6-10 minutos, hasta dorar ligeramente; reserva. Vierte la mezcla de leche y mezcla de pudín en el **Recipiente Quick Shake®**, coloca el inserto para mezclar y sella. Sacude 1-1 1/2 minutos aprox. o hasta espesar. Deja reposar un minuto, el relleno espesará mientras reposa. En el **Tazón Impressions de 10 tazas**, coloca el relleno, 1 taza de coco y Especias; mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**; extiende el relleno de manera homogénea y cubre con el coco tostado. Refrigerar hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 rebanada (103g), Porciones por Receta: 8, Calorías 330, Calorías de Grasa 173, Total Grasa 19g, Grasa Saturada 11g, Colesterol 30mg, Sodio 350mg, Total Carbohidratos 36g, Fibra 1g, Azúcar 23g, Proteína 3g

## emparedado gigante de helado

Rinde 12 porciones

En una lámina para hornear cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**, presiona 8 trozos de masa para galletas, formando un círculo dentro de la línea de 8". Hornea a 350°F, por 10-12 minutos, aprox. hasta que la galleta esté dorada. Retira del horno y enfría ligeramente. Con la **Espátula Tupperware**, afloja la galleta del piso; coloca el **Molde Redondo de Silicón de 9"** sobre la galleta y voltear la lámina de hornear, acomodando la galleta en el fondo del Molde. Prepara otras 10 piezas de masa en la línea de 8"; hornea a 350°F, por 12-14 minutos, hasta dorar y enfría. Mientras, cubre con helado la galleta horneada y congela. Después que la segunda galleta ha enfriado, coloca con cuidado sobre el helado con la **Espátula**. Congela hasta servir. Retira del Molde de Silicón antes de cortar con el **Cuchillo Chef Series™ para Pan** o el **Cuchillo del Chef**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tajada (100g), Porciones por Receta: 8, Calorías 365, Calorías de Grasa 170, Total Grasa 19g, Grasa Saturada 8g, Colesterol 40mg, Sodio 265mg, Total Carbohidratos 49g, Fibra 1g, Azúcar 35g, Proteína 3g

1 pqtte.(6 oz.) corteza para tarta *shortbread* (o de galletas graham)  
Mezcla de leche - 8 oz.  
leche desgrasada y 6 oz. de crema batida de leche  
1 1/2 tazas de coco endulzado rallado, (empacado)  
1 pqtte.(3.4 oz.) pudín instantáneo de vainilla  
1/4 cdtita. **Especias de Canela y Vainilla**

### idea para servir

Prueba acompañar las hamburguesas con aguacate para reemplazar el aliño para emparedados.

1 pqtte.(18 oz.) masa refrigerada para galleta de gageas de chocolate  
1 pinta de tu helado favorito

### idea para servir

Adorna tu Emparedado de Helado decorando el borde con mini gageas de chocolate, coco dorado, caramelos picaditos o nueces antes de servir.

## el mejor pudín de plátano

Rinde 8 porciones

Vierte 8 oz. de leche, 6 oz. de crema batida de leche y una mezcla para pudín en el **Recipiente Quick Shake®**; coloca el inserto para mezclar y sella. Sacude por 1-1 1/2 minutos aprox. o hasta que espese. Deja reposar por 1 minuto, el relleno espesará. Mientras, acomoda 12 galletas al fondo del **Recipiente Stuffables™ de 6 tazas**. Coloca otras 12 galletas sobre los lados del recipiente. Vierte el primer pudín en el **Tazón Thatsa™** y reserva. Prepara el segundo pudín y deja reposar. Rebana los plátanos con el **Cuchillo Chef Series™ de Precisión** y añade al pudín. Añade el segundo pudín y revuelve con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Añade la mezcla de pudín al **Recipiente Stuffables™**. Acomoda los wafers restantes a los lados del recipiente. Cubre con crema batida usando el **Bolso para Decorar**. Refrigerar hasta servir.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: Aprox. 1 taza (237g), Porciones por Receta: 8, Calorías 481, Calorías de Grasa 216, Total Grasa 24g, Grasa Saturada 15g, Colesterol 60mg, Sodio 470mg, Total Carbohidratos 63g, Fibra 2g, Azúcar 44g, Proteína 4g

## galletas sorpresa

Rinde aprox. 30 galletas

En la Base del **Oval Microwave Cooker**, coloca los trozos de mantequilla, miel de maíz y azúcar morena; revuelve. Cubre y cocina en el microondas, 1 minuto, a 60% de potencia; revuelve, cubre nuevamente y pon al microondas otros 1 1/2 minutos al 60% de potencia. Revuelve, despacio, el harina y las Especias, mezclando bien. Con la Cucharita del **Juego de Cucharas Medidoras**, sirve la masa en una lámina para galletas cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Acomoda sólo 6 galletas por lámina para que se extienda la masa al hornear. Hornea a 350°, de 6-8 minutos, hasta dorar. Retira del horno y enfría 1 1/2-2 minutos. Retira las galletas de la hoja dándole formas (si deseas) mientras estén flexibles. Si las galletas no se estiran fácilmente, coloca al horno por 30 segundos para retomar su flexibilidad.

**Sugerencias para Rellenar:** Usa el **Bolso para Decorar** para adornar con glaseado, crema batida de leche o *mousse*.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 galleta (10g), Porciones por Receta: 30, Calorías 45, Calorías de Grasa 15, Total Grasa 2g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 5mg, Sodio 0mg, Total Carbohidratos 7g, Fibra 0g, Azúcar 5g, Proteína 0g

4 plátanos maduros (pelados y en rebanadas)  
2 pqttes. (3.4 oz.) de pudín de vainilla francesa  
1 pinta de leche fría (sin grasa)  
12 oz. crema batida  
40 galletas *wafers* de vainilla  
1 envase (8 oz.) de crema batida, no láctea bien fría

### idea para servir

Salpica **Especias Chef Series™ de Canela y Vainilla** y virutas de chocolate sobre la crema batida, usa una barra gruesa de chocolate (temp. del ambiente) y usa el Pelador Horizontal para obtener tajadas finas.

1/2 barra de mantequilla sin sal, en trozos  
1/4 taza de miel de maíz  
1/2 taza de azúcar morena (empacada)  
1/2 cdtita. **Especias de Canela y Vainilla**  
1/2 taza harina para todo uso

### idea para servir

Prepara un *Shortcake* de fresa o frambuesa con crema batida y frutas endulzadas en capas entre las Galletas. Sirve con una ramita de menta.

## tesoros de brownie

Rinde 14 porciones

Con **La Máquina Picadora** pica finamente las pecanas; reserva. En el **Tazón Thatsa™**, combina la mezcla para brownies, huevos, aceite y agua con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Coloca una Cucharada bien llena (del **Juego de Cucharas Medidoras**) de masa en cada cavidad del **Molde para Muffins de Silicón**. Presiona un caramelo, en cada cavidad, siguiendo con una Cda. de masa. Cubre con 1½ cdita. de pecanas. Hornea a 350°F, por 20-22 minutos; la superficie debe estar flexible al presionar. Enfría 10 minutos antes de sacar del Molde; sirve de inmediato.

### Variación de la Receta:

**Tesoros de caramelo y brownie** Omite las pecanas

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 golosina (67g), Porciones por Receta: 14, Calorías 290, Calorías de Grasa 140, Total Grasa 15g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 30mg, Sodio 190mg, Total Carbohidratos 35g, Fibra 1g, Azúcar 23g, Proteína 4g

## brownie manía

Rinde 14 porciones

Combina la mezcla de brownie, huevos, aceite y agua. Con la Cuchara del **Juego de Cucharas Medidoras**, coloca 2 Cdas. bien llenas de la masa, en cada cavidad, de dos **Moldes para Muffins de Silicón**. Hornea a 350°F por 20-23 minutos. La superficie debe estar flexible a tocar. Deja enfriar completamente. Llena el **Bolso para Decorar** con crema batida no láctea y llena cada una con la Boquilla para Relleno.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 golosina (70g), Porciones por Receta: 14, Calorías 280, Calorías de Grasa 130, Total Grasa 15g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 35mg, Sodio 170mg, Total Carbohidratos 35g, Fibra 1g, Azúcar 22g, Proteína 3g

## tortuguitas

Rinde aproximadamente 60 tortuguitas

Saca la envoltura de los caramelos y colócalos en una lámina para galletas, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Hornea a 350°F, por 3-4 minutos, hasta que los caramelos empiecen a suavizarse. Retira y coloca la mitad de una pecana sobre cada caramelo, presionando suavemente. Deja enfriar antes de comer. Almacena en un **Recipiente Stuffables™**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tortuga (4.5g), Porciones por Receta: 60, Calorías 25, Calorías de Grasa 15, Total Grasa 2g, Grasa Saturada 1g, Colesterol 0mg, Sodio 5mg, Total Carbohidratos 2g, Fibra 0g, Azúcar 2g, Proteína 0g

1 pqte. (21 oz.) mezcla para brownie con fudge  
2 huevos  
½ taza de aceite de canola  
¼ taza de agua  
14 caramelos cubiertos con chocolate, sin envoltura  
3½ Cdas. de pecanas

1 pqte. (21 oz.) mezcla para brownie amolchocado/fudge  
2 huevos  
½ taza de aceite de canola  
¼ taza de agua  
1½ taza de crema batida no láctea

1 pqte. (13 oz.) caramelos cubiertos con chocolate  
60 pecanas por la mitad

idea para servir

¡Esta receta es una actividad ideal para hacer con mamá!

## pastel cargado de chocolate

Rinde 12 porciones

En el **Recipiente Quick Shake®**, mezcla los huevos. Coloca todos los ingredientes en el **Tazón Thatsa™** y mezcla con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Vierte la mezcla en el **Molde Acanalado de Silicón**, enmantequillado. Hornea a 350°F, por 35-40 minutos, o hasta que el palillo salga limpio (el pastel estará bien húmedo). Enfría 10-15 minutos en el molde antes de invertir en un plato para tortas o en el **Porta Pasteles Redondo**. Glasea el pastel.

### Variación de la Receta:

**Selva Negra** Usa glaseado de chocolate y cubre con un relleno de cereza para tarta.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 tajada (130g), Porciones por Receta: 12, Calorías 400, Calorías de Grasa 128, Total Grasa 14g, Grasa Saturada 6g, Colesterol 77mg, Sodio 445mg, Total Carbohidratos 63g, Fibra 2g, Azúcar 45g, Proteína 6g

1 pqte.(19½ oz.) mezcla para pastel de chocolate dark  
1 pqte. (8 oz.) crema agria con poca grasa  
½ taza de compota de manzana  
4 huevos  
1 envase (16 oz.) glaseado de chocolate (opcional)

## crocante de nueces

Rinde aprox. 24 trozos

Pica las pecanas con **La Máquina Picadora**. Derrite el chocolate en el **Oval Microwave Cooker** por 1½-2 minutos. Revuelve y cocina al microondas, otros 30 segundos, si es necesario. Revuelve los ingredientes restantes de manera envolvente, con la **Espátula, de Silicón, para Salsas**. Vierte en un molde flexible, cubierto con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Refrigerera o congela hasta que quede firme. Quebra en trozos antes de almacenar. Almacena en un **Recipiente Stuffables™**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 trozo (23g) Porciones por Receta: 24, Calorías 120, Calorías de Grasa 70, Total Grasa 8 g, Grasa Saturada 3g, Colesterol 0mg, Sodio 2mg, Total Carbohidratos 13, Fibra 1g, Azúcar 11g, Proteína 2g

1 pqte. (12 oz.) grajeas de chocolate semidulce  
2 tazas de mini malvaisicos  
1 taza de pecanas picadas  
½ cdita. **Espicias de Canela y Vainilla**

## galletas tortuguitas

Rinde aproximadamente 32 galletas

Forma bolitas de ¾" con la masa para galletas y coloca en una lámina de hornear, cubierta con la **Hoja Wonder™ de Silicón**. Busca entre los trozos de pecanas por una cabeza, dos brazos y dos pies para cada tortuguita. Ligeramente, aplana las bolitas de masa y coloca las piezas. (Cabeza = 12 en punto, brazos = 3 y 9 en punto, pies = 5 y 7 en punto). Hornea a 350°F por 12 minutos. Deja enfriar antes de poner el glaseado con el **Bolso para Decorar**.

INFORMACIÓN DE NUTRICIÓN: Porción: 1 Galleta (28g), Porciones por Receta: 32, Calorías 130, Calorías de Grasa 70, Total Grasa 7g, Grasa Saturada 2g, Colesterol 5mg, Sodio 2mg, Total Carbohidratos 16g, Fibra 1g, Azúcar 10g, Proteína 1g

1 pqte. 18 oz.) masa refrigerada para galletas de azúcar  
1 taza de trocitos de pecanas  
1 taza de glaseado de chocolate (comercial)

# ideas para regalos

**Idea para Regalar al Instante** ¡Este es el regalo perfecto para cumpleaños, aniversarios y despedidas de soltera! Compra un pastel decorado de pastelería, retíralo del envase y colócalo en el Porta Pasteles Redondo. Anuda una cinta en el asa y regala algo que será apreciado por años.

**Tarjetas de Recuerdo** Cuando regalas algo preparado en casa, demuestras tu cariño. Prepara también las Tarjetitas para adjuntar. Sea a mano o en la computadora, escribe la receta a un lado de una tarjeta estándar de 3" x 5". Llena el otro lado, como una tarjeta de regalo, incluyendo lo usual como De: y Para: además de la Fecha y la Ocasión.

**Regalo Todo en Uno** ¿Has visto esas lujosas jarras con ingredientes para sopa o galletas? ¡Por qué no preparar tu propia receta poniendo en capas todos los ingredientes de tu receta favorita en un Recipiente Modular Mates® Oval 3! ¡Adjunta una de tus Tarjetitas de Recuerdo y regala!

**Dulces Ideas** Nada es más fácil que preparar galletas, galletas de soda, pretzels, fresas y cerezas, bañadas en chocolate. ¡Sigue las instrucciones de la receta Esencia Gloriosa, página 37! Una vez listas, acomódalas en Recipientes Tupperware para las personas especiales en tu lista.

**Regalitos de Agradecimiento** Necesitas un Juego de Tacitas para Meriendas y 1 1/2 yardas de cinta de 3/8" de ancho. Coloca los Crocantes de Nueces (pág. 43) en las Tacitas. Corta cintas de 14" de largo y ata con un nudo pequeño en cada extremo. Coloca los extremos con nudo de las cintas dentro de las Tacitas y coloca el sello. La cinta sirve de asita y ahora tienes cuatro Regalitos para tus invitados.

**Regalos para Maestros** Estos simples regalos son fantásticos para los maestros. Llena los Vasos Impressions, de 16 onzas con Sellos Antiderrames Drip-Less™, con golosinas envueltas individualmente, lápices de colores o artículos de tocador, tamaño para viaje. Coloca el Sello bajo el Vaso y envuelve todo el regalo en papel Celofán. Anuda con una cinta decorativa.

**El Concedor de Vinos** Cuando regales vino, haz tu regalo más especial incluyendo el Sacacorcho UpLifter™. Envuelve la botella en varias hojas de papel de seda. Recorta y pega el papel liso sobre la base de la botella. Enrosca el papel alrededor del cuello de la botella, dejando que sobresalga ligeramente del corcho de la botella. Ata el Sacacorcho UpLifter™ al cuello de la botella con un atractivo lazo.

**Fanático de las Galletas** ¿Hay algún fanático de las galletas en tu lista? Regálale lo necesario para que se ponga manos a la obra. Empieza con el Tazón Thatsa, el Juego de Tacitas de Medir, Cucharas Medidoras, Espátula, de Silicón, para Salsas y el Bolso para Decorar. Llena el Tazón Thatsa™ con papel picado, coloca dentro del Tazón Thatsa™ los otros productos Tupperware e ingredientes para preparar galletas - un bolso de mezcla para galletas, glaseado, grageas de caramelo y nueces picadas. También es divertido incluir un juego de los Recipientes Classic Sheer® Midget®, con azúcar, en una selección de colores alusivos a la estación.

# consejos

Entretener, ya sea para una ocasión **formal** o una celebración **casual**, es tan importante para ti, el anfitrión, como para los invitados. Tus invitados asisten para **disfrutar** de tu compañía, socializar y pasar un rato agradable en compañía. **Planifica** para poder disfrutar del evento con tus **invitados**. Sigue estos fáciles pasos: .....

## el día de la fiesta

- Prepara la mesa y dale los toques finales decorativos, desde temprano, para que te sientas en control.
- Durante el transcurso del día, escucha tu música favorita para que te vayas ambientando.
- Coloca bayas frescas o ramitas de menta en las Bandejas Freezer Mates®. Una vez congeladas, le añaden un toque festivo cuando flotan en tazones con ponche o vasos individuales.
- Limpia según haces tus preparativos. Llena el lavadero con agua y jabón y lava los platos que usas en la preparación. tan pronto como termines de usarlos. Reserva tiempo para usar la lavadora de platos y retirar los platos, ya limpios, antes de que lleguen los invitados.

## antes que lleguen los invitados

- El éxito depende de satisfacer los cinco sentidos de tus invitados:
  - Prende velas, ligeramente aromáticas (sentido del olfato), y pon música de fondo (auditivo) cuando lleguen tus invitados.
  - Usa mucho color (vista) para decorar la fiesta —pequeños adornos de macetas con flores añaden color y frescura.
  - Sirve los refrigerios y bocaditos (sentido del gusto) donde deseas que se reúnan tus invitados.
  - Trata de usar accesorios texturizados de mesa (tacto)— individuales de bambú y servilletas de tela son una opción.
- Las personas son atraídas por la presentación de los alimentos. Prepara un centro de mesa simple, como un adorno de velas o tu recipiente favorito con vegetales y frutas frescas. El centro de mesa es un área ideal para mezclar texturas y colores. ¡Deja volar tu imaginación!
- Coloca varias velitas en vasitos de vidrio para iluminar cálidamente el ambiente. Coloca un pequeño espejo, bajo una colección de tres velas, para aumentar su reflejo.
- A veces, es divertido usar tarjetas designadas cuando todos tus invitados se van a sentar a la mesa; además les demuestras el gran interés que sientes por ellos. Usa cartulina y escribe el nombre del invitado; puedes usar un posa-tarjetas formal o simplemente colocarla sobre el plato, en una conchita de mar o en una ranura hecha en una manzana fresca.

## durante la fiesta

- Simplifica tu trabajo usando bandejas para llevar varios artículos a la mesa.
- Participa en tu fiesta. Una vez que la comida esté servida, siéntate y socializa con tus invitados.
- Sea que tu reunión sea para amigos o familiares, no tienes que prepararlo todo tu misma. Un brownie con helado puede lucir más interesante si lo sirves en un atractivo plato.
- Coloca los platos sucios directamente en el lavaplatos cada vez que sirvas otro plato a la mesa. Esto mantiene el área de la cocina limpia y estarás listo para poner a funcionar el lavaplatos tan pronto se vaya el último invitado.
- Coordina para que un familiar o amigo tome fotos digitales durante la fiesta para enviarlas por correo electrónico a todos.

# Tupperware®

## Medidas Equivalentes

- 3 cucharaditas = 1 Cucharada
- 4 Cucharadas = 1/4 taza
- 16 Cucharadas = 1 taza
- 2 Cucharadas (líquido) = 1 onza
- 1 taza = 8 onzas fluidas
- 2 tazas = 1 pinta (16 onzas fluidas)
- 4 tazas = 1 cuarto
- 4 cuartos = 1 galón

## Prácticas Substituciones

- 1 taza de harina *self rising*** = 1 taza de harina preparada más 1 cdita. de polvo de hornear y 1/2 cdita. de sal
- 1 cucharadita de polvo de hornear** = 1/2 cdita. de cremor tártaro más 1/4 cdita. de soda
- 1 Cda. de maicena o arrurruz** = 2 Cdas. de harina preparada
- 1 taza de leche agria o suero de leche *buttermilk*** = 1 Cda. de vinagre o limón más leche regular hasta igualar 1 taza
- 1 cuadrado (1-onza) de chocolate** sin dulce = 3 Cucharadas de cocoa más 1 Cucharada de mantequilla o margarina
- 1 Cucharada de hierbas frescas** = 1 cdita. de hierbas secas o 1/4 cdita. de hierbas en polvo
- 1/4 taza de perejil fresco picado** = 1 Cucharada de perejil seco
- 1 cdita. de mostaza en polvo** = 1 Cda. de mostaza preparada
- 1/2 libra de hongos frescos** = 4 onzas de hongos en lata
- 1 taza de salsa de tomate** = lata de 8 onzas de tomates guisados licuados en el Quick Chef hasta obtener la consistencia deseada
- 1 taza de crema agria** = 1 taza de yogur o 3/4 taza de leche agria o suero de leche *buttermilk* más 1/3 taza de mantequilla
- 1 taza de crema de leche batida** = 3/4 de taza de leche más 1/3 taza de mantequilla
- 1 diente de ajo** = 1/8 cucharadita de ajo en polvo
- 1 taza de azúcar morena** = 3/4 taza de azúcar granulada 1/4 taza de melaza
- 1 taza de azúcar** = 12 sobres de Sweet 'N Low o 24 de Equal
- 1 huevo entero** = 2 yemas de huevo

# índice

## APERITIVOS

Pizza de Tomate y Tocino: BLT.....	32
Salsa Wasabi de Tocino.....	30
Enrollado Mixto.....	30
Ensalada Bistro.....	22
Bruschetta.....	24
Ensalada Bruschetta de Pasta.....	24
Ensalada Café.....	22
Ceviche de Langostinos.....	28
Hojuelas de Canela.....	33
Crostini: <i>Cajun</i> .....	23
Creaciones de Galletas:	
Carne, Pollo, Vegetales.....	30
Ensalada Cremosa de Fruta.....	23
Wontons Fritos: Picante, Veget.....	9
Sabroso Guacamole.....	34
Redondelas de Jamón y Queso.....	31
Salsa Mediterránea.....	29
Albóndigas al Minuto: Res, Pavo.....	25
Mini-Calzones: Veget, Chorizo.....	28
Emparedados de Pepino.....	31
Salsa de Duraznos.....	33
Taco Nachos Simples:	
Pollo, Vegetariano.....	34
Simplemente Salsa: Pico de Gallo.....	33
Dip Mexica-Picante.....	34
Dip Picante Sudoeste.....	31
Palitos a la Parmesana: Italiano.....	22
Tostadas de Pan Pita.....	29
Ensalada de Tomate y Mozzarella.....	24
Champiñones Rellenos.....	32

## CARNES

Salteado de Res Oriental.....	8
Relleno Básico de Res: Mexicano.....	11
Saltado de Res <i>Cajun</i> .....	8
Emparedado de Carne y Queso.....	26
Enrollados de Albóndigas: BBQ.....	10
Albóndigas:	
BBQ, Isleño, Oriental, Tex-Mex.....	18
Asado Mediterráneo.....	10
Mini Pastel Relleno:	
BBQ, Oriental, <i>Cajun</i> .....	12

## AVES Y POLLO

Salteado Oriental de Pollo.....	8
Salteado Atómico de Pollo.....	13
Pollo Frito con <i>Buttermilk</i> .....	13
Pollo Envuelto en Lechuga.....	7
Pollo a la Mozzarella.....	11
Broquetas de Pollo:	
Isleño, BBQ con Miel.....	27
Pollo Asado con Mojo.....	14
Taco Nachos de Pollo Simple.....	34
Ensalada de Pavo Sudoeste.....	16
Alitas Picantes.....	29
Pollo Wasabi.....	7

## POSTRES

Pastelitos de Albaricoque.....	38
Pastelitos de Plátano.....	38
Cobbler Fácil.....	39
El Mejor Pudín de Plátano.....	41
Brownie- Manía.....	42
Trufas de Brownie.....	36
Budín de Pan Chocolate y Menta.....	35
Bolitas de Chocolate con Galleta.....	38
Pastel de Canela y Pecanas.....	20

Pastel de Canela con Pasas.....	20
Pan de Canela.....	19
Hojuelas de Canela.....	33
Rueditas de Canela: Simples,	
Glaseadas, con Pasas.....	19
Tarta Cremosa de Coco.....	40
Rosca Estilo Danés: Pecanas.....	20
Pastel Cargado de Chocolate.....	43
Barritas de Menta.....	36
Delicia Triple: Selva Negra.....	39
Pastel Fácil de Chocolate.....	35
Esencia Gloriosa.....	37
Emparedado Gigante de helado.....	40
Galletas Sorpresa.....	41
Postre Síveme:	
Angel, Frambuesa, Fresa.....	37
Crocantes de Nueces.....	43
Tortuguitas.....	42
Pastel de Nueces.....	39
Pizza Dulce de Frutas.....	25
Tesoros de Brownie: Caramelo.....	42
Galletas Tortuguitas.....	43

## ETC.

Burritos de Frijoles con Queso.....	15
Quesadillas de Frijoles con Queso.....	15
Pan de Cerveza.....	15
Salsa de Queso Roquefort.....	14
Pan de Cerveza y Queso.....	15
Coliflor Arrebosada con Queso.....	17
Vinagreta de Cítricos.....	23
Tostada y Huevos al Horno.....	21
Ensalada Fiesta de Frijoles: Ragin'.....	12
Salsa de Maní.....	27
Chutney Rápido.....	
Salsa Barbacoa Humeante.....	25
Vinagreta Simple.....	23
Revuelto a lo Sudoeste.....	21
Cacerola de Espinaca.....	16
Ensalada de Col.....	9
Salsa Wasabi Ranch.....	8
Salsa de Teriyaki y Mostaza.....	17

## CERDO

Guisado Estilo Latino.....	13
----------------------------	----

## PAPAS

Pastel de Papas.....	18
Papas a lo Nuestro.....	17
Estilo Italiano, Asadas.....	
Papas Majadas con Aderezos.....	26

## MARISCOS

Ceviche de Langostinos.....	28
Salmón Wasabi.....	7

## VEGETARIANO

Burritos de Queso y Frijoles.....	15
Quesadillas de Queso y Frijoles.....	15
Bruschetta y Ensalada de Pasta.....	24
Coliflor Arrebosada con Queso.....	17
Ensalada Fiesta de Frijoles: Ragin'.....	12
Salsa Mediterránea.....	29
Tacos Vegetarianos.....	34
Cacerola de Espinaca.....	16
Ensalada de Col.....	9
Enrollado Vegetariano de Lechuga.....	7
Wontons Vegetarianos.....	9