

RONER CLIP RECETAS



COCCIÓN A BAJA
TEMPERATURA



taurus

SUMARIO

Primeros platos	5
• Espárragos blancos con mayonesa de cítricos	7
• Puré de patata con huevo <i>poché</i> y verduritas	9
Segundos platos	11
• Bacalao con tomate	13
• Costilla con salsa barbacoa	15
• Lenguado a la <i>meunière</i>	17
• Pollo fileteado con salsa de albaricoque	19
• Solomillo de cerdo con compota de manzana	21
Postres	23
• <i>Coulis</i> de cerezas	25
• Yogur con remolacha	27
• Yogur líquido	29
• Yogur natural con mermelada	31
• Postre de cerezas	33
Guía de parámetros de cocción	34



PRIMEROS PLATOS

taurus



ESPÁRRAGOS BLANCOS CON MAYONESA DE CÍTRICOS

🍴 4

INGREDIENTES

- 20 Espárragos blancos frescos
- 50 g Zumo de limón
- 50 g Zumo de naranja
- 2 Huevos
- Sal
- 300 g Aceite de girasol



🕒 45 m

🌡️ 90°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DE LOS ESPÁRRAGOS

1. Pela los espárragos y quita la parte dura.
2. Envasa al vacío. Cuece los espárragos al baño de agua a 90°, durante 45 minutos.
3. Deja enfriar.

MAYONESA

4. En un cazo reduce el zumo de limón y el zumo de naranja.
5. Deja enfriar.
6. En el vaso de la batidora introduce los huevos, la sal y el aceite.
7. Cuando esté emulsionado, vierte el zumo reservado y acaba de mezclar.

EMPLATADO

8. Napa los espárragos con la salsa y sírvelos.

PURÉ DE PATATA CON HUEVO POCHÉ Y VERDURITAS

🍴 4

INGREDIENTES

- 500 g Patata
- 4 Huevos
- Sal
- Pimienta negra
- 50 g Aceite de oliva
- 100 g Puerro
- 100 g Zanahoria
- 100 g Apio



🕒 4 h + 25 m

🌡️ 85° + 65°

ELABORACIÓN

PURÉ DE PATATA

1. Pela y corta las patatas a cubos.
2. Envásalas al vacío junto con la mantequilla, la sal y la pimienta.
3. Cuece las patatas en un baño de agua con Roner Clip, a 85°, durante 4 horas.
4. Retira las patatas de la bolsa, tritura y reserva.

HUEVOS POCHÉ

5. Introduce los huevos sin cáscara, junto con la sal y la pimienta, cada uno en una bolsita con cierre hermético, o bien envueltos en papel film atado con un hilo.
6. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 65°, durante 25 minutos.
7. Reserva.

VERDURAS

8. Calienta el aceite y sofríe las verduras cortadas pequeñas.

EMPLATADO

9. Pon una base de patatas trituradas en cada ración, luego las verduras y, finalmente, el huevo poché encima.



SEGUNDOS PLATOS

taurus



BACALAO CON TOMATE

🍴 4

INGREDIENTES

- 4 Lomos de bacalao al punto de sal (120 g c/u)
- 60 g Aceite oliva
- 2 Dientes de ajo
- 100 g Cebolla
- 600 g Tomate natural
- Sal
- Pimienta negra



🕒 15 m
🌡️ 55°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DEL BACALAO

1. Envasa al vacío los lomos de bacalao.
2. Cuece los lomos en un baño de agua con Roner Clip, a 55°, durante 15 minutos.
3. Abre la bolsa y escurre.

SALSA DE TOMATE

4. Calienta el aceite en una sartén.
5. Sofríe los ajos y la cebolla.
6. Agrega el tomate, la sal, la pimienta y deja reducir.
7. Tritura la salsa.

EMPLATADO

8. Napa los lomos con la salsa.



COSTILLA CON SALSA BARBACOA

🍴 3

INGREDIENTES

- 400 g Costilla de cerdo
- 80 g Salsa barbacoa
- 1 Chorrito de aceite de oliva
- 300 g Guisantes congelados



🕒 12 h + 30 m

🌡️ 70° + 90°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DE LA COSTILLA

1. Macera la costilla con la salsa barbacoa.
2. Envasa al vacío la costilla.
3. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, 70°, 12 horas.
4. Abre a bolsa y sella la costilla con un poco de aceite a fuego suave un par de minutos.

COCCIÓN DE LOS GUISANTES

5. Envasa los guisantes al vacío.
6. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, 90°, 30 minutos.
7. Abre la bolsa y deja escurrir.

EMPLATADO

8. Sirve la costilla acompañada de los guisantes.



SOLOMILLO DE CERDO CON COMPOTA DE MANZANA

🍴 4

INGREDIENTES

- 1 Solomillo de cerdo (aprox. 500 g)
- 3 Manzanas
- Sal
- Pimienta negra
- Mantequilla



🕒 22 m + 40 m

🌡️ 55° + 85°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DEL SOLOMILLO

1. Envasa al vacío el solomillo salpimentado.
2. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 55°, durante 22 minutos.
3. Corta el solomillo en trozos grandes y séllalos en una sartén.

COCCIÓN DE LA MANZANA

4. Corta las manzanas en gajos y envásalas al vacío.
5. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 85°, durante 40 minutos.
6. Déjalas enfriar fuera de la bolsa.
7. Tritura una de las manzanas.
8. El resto séllalas en una sartén con una nuez de mantequilla.

EMPLATADO

9. Sirve el solomillo acompañado de la salsa y de las manzanas. También puedes napar el solomillo con la salsa, a tu gusto.



LENGUADO A LA MEUNIÈRE

🍴 14

INGREDIENTES

- Salmuera (100 g de sal por 1 l de agua)
- 4 Lengüados frescos
- Un chorrito de aceite de oliva
- 80 g Mantequilla
- 20 g Zumo limón
- 20 g Alcaparras
- 50 g Perejil



🕒 15 m
🌡️ 60°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DEL LENGUADO

1. Elabora una salmuera mezclando 1 litro de agua con 100 gramos de sal.
2. Pon los lenguados, limpios y sin piel, durante 15 minutos, en la salmuera, dentro la nevera.
3. Escurre y seca con papel absorbente.
4. Envasa al vacío.
5. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 60°, durante 15 minutos.
6. Una vez escurrido, marca un poco los lenguados en una sartén, con unas gotas de aceite.

SALSA MEUNIÈRE

7. Calienta la mantequilla en una sartén.
8. Añade el zumo de limón, las alcaparras y el perejil.
9. Deja reducir.

EMPLATADO

10. Pon una base de salsa en el plato y luego encima el lenguado. Puedes decorarlo a tu gusto, con almendras laminadas, una rodaja de limón, espárragos cocidos a baja temperatura...



POLLO FILETEADO CON SALSA DE ALBARICOQUE

🍴 4

INGREDIENTES

- 840 g Pechuga de pollo (4 unidades)
- Salmuera (100 g de sal por 1 l de agua)
- Pimienta de Sichuan
- 30 g Aceite de girasol
- 40 g Olivada
- 200 g Albaricoques maduros



🕒 30 m + 20 m

🌡️ 65° + 85°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DEL POLLO

1. Elabora una salmuera mezclando 1 litro de agua con 100 gramos de sal.
2. Pon las pechugas en la salmuera durante 1 hora.
3. Seca las pechugas y envasa al vacío con un poco de pimienta de Sichuan.
4. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 65°, durante 30 minutos.
5. Antes de servir abre la bolsa y marca las pechugas en la sartén con un poco de aceite.

PURÉ DE ALBARICOQUE

6. Pela los albaricoques y saca el hueso.
7. Envasa al vacío y cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 85°, durante 20 minutos.
8. Tritura.

EMPLATADO

9. Sirve el pollo acompañado con el puré de albaricoque y la olivada.



POSTRES

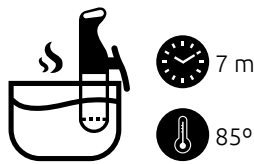
taurus



COULIS DE CEREZAS

INGREDIENTES

- 320 g Cerezas
- 20 g Mantequilla



ELABORACIÓN

1. Lava las cerezas, córtalas por la mitad y saca el hueso.
2. Envasa al vacío con la mantequilla cortada a dados.
3. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 85°, 7 minutos.
4. Tritura las cerezas hasta conseguir la textura deseada.



YOGUR CON REMOLACHA

🍴 4

INGREDIENTES

- 400 g Leche entera
- 20 g Yogur griego
- 60 g Azúcar para yogur dulce o 5 g de sal
- 100 g Remolacha fresca





50 m + 2,30 h



90° + 43°

ELABORACIÓN

COCCIÓN DE LA REMOLACHA

1. Corta la remolacha a dados.
2. Envásala al vacío.
3. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 90° durante 50 minutos.
4. Reserva.

ELABORACIÓN DEL YOGUR

5. Calienta la leche en un recipiente hasta 85° para higienizarla y estabilizarla.
6. A continuación, enfriala introduciendo el recipiente en agua con hielo hasta llegar a 43° (baño maría inverso).
7. En un bol mezcla el yogur y la leche fría hasta que la mezcla quede uniforme.
8. Añade el azúcar o la sal en función del tipo de yogur a realizar.
9. Pon en la base de los botes los dados de remolacha.
10. Llena con la mezcla anterior y ciérralos.
11. Introduce los botes en un baño de agua con Roner Clip a 43° durante 2,30 horas.
12. Deja enfriar.
13. Reserva en la nevera, no más de dos días.

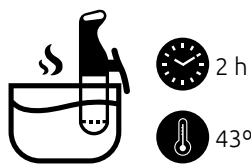


YOGUR LÍQUIDO

🍴 4

INGREDIENTES

- 400 g Leche
- 20 g Yogur griego



ELABORACIÓN

1. Calienta la leche en un recipiente hasta 85° para higienizarla y estabilizarla.
2. A continuación, enfriala introduciendo el recipiente en agua con hielo hasta llegar a 43° (baño maría inverso).
3. En un bol mezcla el yogur y la leche fría hasta que la mezcla quede uniforme.
4. Llena los vasos de yogur y ciérralos bien.
5. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 43° durante 2 horas.
6. Deja enfriar y reserva los yogures en la nevera, máximo un día.

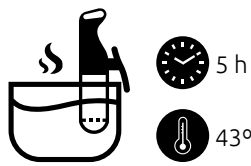


YOGUR NATURAL CON MERMELADA

🍴 4

INGREDIENTES

- 400 g Leche entera
- 20 g Yogur griego
- 160 g Mermelada



ELABORACIÓN

1. Calienta la leche en un recipiente hasta 85° para higienizarla y estabilizarla.
2. A continuación, enfriala introduciendo el recipiente en agua con hielo hasta llegar a 43° (baño maría inverso).
3. En un bol mezcla el yogur y la leche fría hasta que la mezcla quede uniforme.
4. Pon en la base de cada bote 40 gramos de mermelada.
5. Llena los vasos de yogur y ciérralos bien.
6. Cuece en un baño de agua con Roner Clip, a 43° durante 5 horas.
7. Deja enfriar y reserva los yogures en la nevera, máximo dos días.

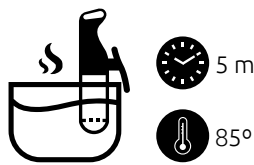


POSTRE DE CEREZAS

🍷 4

INGREDIENTES

- 650 g Cerezas maduras
- 40 g Amaretto
- 70 g Azúcar
- 100 g Nata para montar
- 250 g Yogur griego
- ½ c/c Vainilla en polvo



ELABORACIÓN

CEREZAS MACERADAS

1. Pon a macerar 150 gramos de cerezas con el Amaretto la noche anterior.
2. Una vez maceradas, escúrrelas bien y envásalas al vacío.

COCCIÓN DE LAS CEREZAS

3. Corta los 500 gramos restantes de cerezas por la mitad, retira el hueso y envasa al vacío.
4. Cuece las dos bolsas (las cerezas enteras y las troceadas) en un baño de agua con Roner Clip, a 85°, 5 minutos.

HELADO DE CEREZAS

5. Tritura las cerezas troceadas para el helado. Añade el azúcar, la nata para montar, el yogur y la vainilla en polvo. Mezcla hasta obtener la textura adecuada.
6. Vierte la mezcla en una heladera y emulsiona hasta conseguir la textura de helado.

EMPLATADO

7. Sirve el helado en bolas o en *quenelle* acompañado con las cerezas maceradas.

GUÍA DE PARÁMETROS DE COCCIÓN

PESCADOS

Lenguado entero	-	55°	15 m
Bacalao congelado	120 g	50°	35 m
Bacalao	120 g	50°	15 m

CARNES

Costilla de cerdo	400 g	70°	12 h
Muslo pollo	2 piezas	75°	4 h
Alitas pollo	5 piezas	75°	4 h
Codornices	1 pieza	65°	2,30 h
Filete cerdo	2 piezas	65°	25 m
Filete de ternera poco hecho	2 piezas	65°	12 m
Filete de ternera al punto	2 piezas	65°	14 m
Filete de ternera hecho	2 piezas	65°	25 m

FRUTAS

Cerezas	500 g	85°	5 m
Fresas	500 g	85°	5 m
Plátano	240 g	85°	65 m
Piña	250 g	85°	45 m
Manzana	250 g	85°	30 m

VERDURAS

Zanahoria en rodajas	120 g	90°	50 m
Otra opción es utilizar zanahorias mini en lugar de cortar a rodajas.			
Zanahorias enteras	250 g	90°	55 m
Zanahorias enteras	250 g	90°	1 h
Utilizar patatas de tamaño pequeño o más grades cortadas a cuartos.			
Patatas en rodajas	250 g	90°	50 m
Patata para tortilla	300 g	90°	1 h
Calabacín para tortilla	300 g	90°	40 m
Calabaza en rodajas	300 g	90°	40 m
Coliflor	300 g	90°	1 h
Champiñones	150 g	90°	30 m
Aliñar con sal, aceite, pimienta y perejil antes de introducir en la bolsa.			
Espárragos verdes	150 g	90°	40 m
Espinacas	150 g	90°	30 m
Remolacha	200 g	90°	50 m
Guisantes congelados	300 g	90°	30 m

HUEVOS

Huevo poché	-	65°	25 m
-------------	---	-----	------

