



Auténtico sabor asiático, al alcance de tu mano

Los mejores ingredientes, consejos y
recetas para llevar tu cocina a otro nivel



Unilever
Food
Solutions



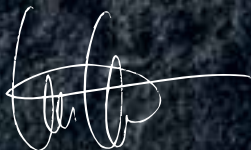
TU COCINA NO TIENE FRONTERAS

¡Vienen tiempos muy emocionantes! Cada vez tenemos chefs más inquietos que buscan nuevos platos y sabores. En los últimos años, han dejado claro que la cocina asiática gusta tanto a la hora de prepararla como de degustarla y apreciar sus detalles.

Cuando se nos plantea un nuevo desafío como éste y tenemos la oportunidad de sorprenderles con platos más atrevidos, la respuesta es clara: encontrar soluciones prácticas, auténticas y creativas.

En esta guía encontrarás multitud de técnicas, consejos y recetas para actualizar tu oferta con nuevos platos asiáticos y poner un acento exótico en los platos españoles de siempre.

¡Abre tu cocina a un nuevo mundo!



Francisco Claro
Chef Equipo Culinario
Unilever Food Solutions





LOS ESENCIALES PARA EL VIAJE



No tienes que ser un chef asiático para preparar bien sus recetas, sólo debes saber cuáles son sus secretos: cocinar con Knorr.

Con la marca más recomendada* por chefs asiáticos, tienes productos de alta calidad hechos con auténticas recetas asiáticas.

A continuación te presentamos los mejores ingredientes para acompañarte en este viaje de sabores.

INGREDIENTES LISTOS PARA COCINAR

Auténticos ingredientes del sudeste asiático para preparar recetas originales. Dosifica y elabora según tu gusto, técnica empleada o tipo de elaboración.



PASTA DE CURRY ROJO

Receta auténtica de Tailandia realizada a partir de ingredientes como la chalota, galanga y guindillas. La solución perfecta para que prepares platos thai fácil y rápidamente y agregues un toque picante a tus preparaciones.



SWEET CHILI

Esta versión de la salsa Nam Chin/Jim es muy popular en Tailandia, Malasia y, ahora, también en algunos países occidentales. Está hecha principalmente de chiles rojos, vinagre de arroz, ajo y azúcar y es perfecta para dipear.

SALSAS LISTAS PARA SERVIR

Salsas terminadas, listas para abrir y usar en cualquier momento. Su combinación equilibrada de textura y sabor puedes aplicarla directamente a un plato o elaborar una preparación a partir de ella.



SALSA AGRIDULCE

Esta salsa de origen chino es seguramente la más conocida de este país. La clave de su éxito es la mezcla de lo agrio y lo dulce con el toque de verduras, piña y especias. Su sabor asentado y delicado es ideal para muchos platos y entrantes.



SALSA DE CURRY AMARILLO

Nacida en la India, la salsa de curry es especiada y aromática pero no llega a ser picante. Con estos matices equilibrados puedes incorporarla a un plato directamente o personalizarla a tu gusto.



PASTA DE CURRY ROJO

Auténtica Pasta de Curry Rojo Knorr tailandés que combina intensidad, con un punto picante y otro fresco y cítrico.

Esta receta se caracteriza por tener una textura pastosa diferente a las demás pastas del mercado que son más secas, lo que permite que puedas aplicarla de una forma más práctica e intuitiva.

Ideal para platos de carne, pescado y verduras, así como para elaborar tus salsas.

Principales ingredientes:
Guindillas, ajo, hierbas y especias frescas tales como: Hierba limón, chalota, galanga y cáscara de lima kaffir.

Aporta una combinación de picante y de frescura a la vez.



1 cucharada:
picante medio



2 cucharadas:
picante más intenso



UN INGREDIENTE, MUCHAS APLICACIONES



SOPAS, GUISOS Y CURRY

Mezcla con el líquido del guiso cuando esté caliente, poco antes de terminar la cocción. De este modo, conseguirás un efecto similar al pimentón pero con un punto mucho más fresco.

Deja hervir 1 minuto antes de poner más cantidad.



MARINADOS

Frota la Pasta de Curry Rojo Knorr en carnes y pescados, antes de ponerlos en el horno, para mejorar su sabor. Aprovecha los jugos soltados en la bandeja para preparar una salsa con un tono caramelizado.



SALSAS FRÍAS Y DIPS

Mezclala directamente en frío con bases como mayonesa, queso crema, salsa de tomate o yogur.

Al tener una parte de aceite, conseguirás el resultado ideal para snacking, bocadillos y dips.



SALTEADOS: ARROCES, VERDURAS Y NOODLES

Mezcla la Pasta de Curry Rojo Knorr con el sofrito o el aceite al inicio. También puedes mezclarla antes en salsa, vino o jugo, así te será más fácil incorporarla en el plato. Su sabor intenso quedará impregnado en el resto de elementos de la receta y mantendrá su sabor y beneficios en cocciones cortas.



SWEET CHILI

Se utiliza habitualmente de forma directa como salsa para dipear rollitos de primavera, gambas o alitas de pollo. Al ser tan versátil, también puedes usarla como base para vinagretas, salteados tipo wok o para añadir complejidad a otras salsas.

Tiene poco nivel de picante y su textura suave y caramelizada gustará a cualquier paladar.

Principales ingredientes:

Mezcla dulce especiada con un toque picante, que se obtiene al unir azúcar con chile y vinagre de vino.



1 cucharada:
picante suave



2 cucharadas:
picante medio



UN INGREDIENTE, MUCHAS APLICACIONES



SALTEADOS Y WOKS

Añade en los primeros pasos de cualquier salteado o Wok. Esta salsa soporta temperaturas elevadas sin quemarse, manteniendo su sabor equilibrado.



SALSAS CARMELIZADAS

Con su punto de azúcar y brillo darás un giro inesperado a salsas o sofritos. Controla su dosificación teniendo en cuenta el grado de dulzor que suele gustar en España. Así, podrás integrar su sabor a ajo e intensidad más fácilmente.



SALSAS FRÍAS, DIPS Y VINAGRETAS

Es la elección más adictiva para dibeir snacks de frituras de gambas, queso o pescados. Aplícala directamente y adereza vinagretas y consigue nuevos contrastes y matices en cualquier ensalada. ¡Irresistible!



LACADOS

Al contener azúcar, puedes usarla en horneados y grill para conseguir más brillo en el aspecto final. Su punto dulce podrás combinarlo especialmente bien con la carne de cerdo o de pollo.



SALSA AGRIDULCE

Salsa clásica de la cocina oriental, utilizada principalmente en China. Da a tus platos un toque exótico, no picante. Preparada con tomates provenientes de fuentes 100% sostenibles.

Al ser un producto terminado, puedes servirlo sin cocinar para dar un toque exótico a tus platos o mezclarla con otros ingredientes, para darle tu toque personal. Lo mejor

es que no necesitas ser un especialista en cocina oriental para incorporarlo en tu cocina.

Principales ingredientes:
Mezcla de diferentes verduras y hortalizas con ingredientes exóticos como piña y brotes de bambú.





SALSA DE CURRY AMARILLO

Cremosa salsa preparada a base de una mezcla de especias de la India. Base de muchos platos típicos de la India, Indonesia o Pakistán.

Este producto que contiene muchas verduras, es especiado y aromático pero no llega a ser picante. Su sabor y textura cremosa son ideales para carnes blancas y verduras. Tan solo tienes que calentarla y mezclarla con tu preparación.

Gracias a su versatilidad también puedes integrarla en cremas y

sopas, como ingrediente de un guiso o incluso en salsas para sándwiches o pizzas.

Al ser una salsa terminada, es una solución fácil y rápida de usar, para aquellos chefs que no son especialistas en cocina exótica pero quieren dar a sus platos un toque diferente.

Principales ingredientes:

Mezcla de diferentes verduras y hortalizas con ingredientes exóticos como piña, brotes de bambú, especias de curry y chiles.





2 FORMAS DE SORPRENDER A TUS CLIENTES

RECETAS 100% ASIÁTICAS

Súmate a la tendencia y aprovecha para llenar tu carta con nuevos platos que sean atractivos para tus clientes.

A continuación, te presentamos diferentes recetas para cada aplicación, con todos los ingredientes que necesitas para elaborarlos. Lo más sorprendente es que sea tan fácil prepararlas y conseguir el mismo resultado que el plato original.

RECETAS TRADICIONALES CON UN TOQUE ASIÁTICO

Si quieres sacar más partido a la tendencia asiática de moda, combina sus ingredientes con los platos españoles. Sus texturas, sabores y matices se complementan perfectamente con nuestras preparaciones y consiguen resultados realmente apasionantes.

Cuando dos cocinas conviven tan bien, lo mejor es experimentar con nuestra creatividad para llevar nuestra cocina a otro nivel: la fusión.



RECETAS 100% ASIÁTICAS

La cocina asiática está de moda y cada vez son más clientes que están enamorados de sus sabores. Aunque a primera vista no lo parezca, son platos fáciles y muy rápidos de preparar.

Con la ayuda de esta guía, en pocos días estarás preparando platos asiáticos como un auténtico especialista.

Súmate a la tendencia de moda y aprovecha para sorprender a tus clientes.

¡Haz las maletas que nos vamos de viaje!



GUÍATE PASO A PASO

Para entrar con buen pie en la cocina asiática, hay que hacer unos pequeños preparativos.

Primero veremos lo que nunca falta en su cocina, los ingredientes más utilizados en su gastronomía y sus técnicas para cocinar más famosas.

Seguiremos con las 5 reglas básicas que debemos seguir y terminaremos con las estrellas de este libro: las recetas.

A continuación, encontrarás una receta para cada aplicación:



SOPAS



**ARROCES
FRITOS**



SALTEADOS



ENSALADAS



**FIDEOS
FRITOS**



MARINADOS



CURRY

ENTRA EN SU COCINA

EL WOK ES LA ESTRELLA

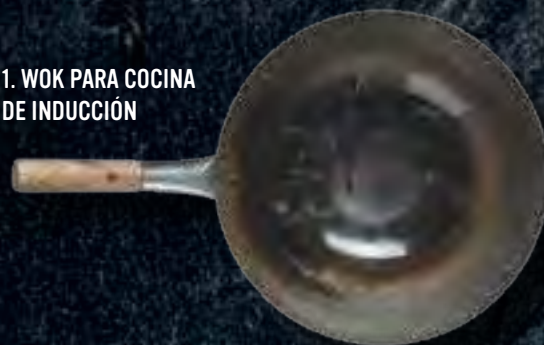
Es el utensilio imprescindible de los chefs asiáticos ya que les permite freír, guisar y cocinar al vapor. Hay muchos tipos de woks, pero los más comunes son los usados en las cocinas de gas o los de cocinas de inducción.

Los woks se usan principalmente para sofreír porque conservan los jugos de los ingredientes principales y consiguen que las verduras retengan sus vitaminas.

PREPÁRATE

Uno de los platos fuertes de la cocina asiática es la velocidad con la que cocinan. Algo que consiguen gracias a un lugar de trabajo e ingredientes preparados con antelación. Con una preparación minuciosa evitan fallos y sorpresas durante la preparación.

1. WOK PARA COCINA
DE INDUCCIÓN



1.1. WOK PARA FOGÓN
TRADICIONAL



1.2. ADAPTADOR PARA
COCINA DE INDUCCIÓN



EQUIPAMIENTO ESPECIAL

Los ingredientes básicos empleados en las recetas asiáticas son muy económicos porque la gran mayoría son congelados (carne y pescado) o de temporada (verduras). Así son más rentables y atractivos para los chefs y restaurantes. Estos ingredientes se elaboran con un equipamiento especial típico de su región, equivalentes a nuestros utensilios de cocina:

1. WOK

Sartén tradicional hecha de acero al carbono con base profunda. El wok es una parte indispensable de la cocina china usado para preparar sopas y platos calientes. Los ingredientes se fríen a una temperatura muy alta rápidamente por lo que hay que estar constantemente removiendo.

2. CUCHARONES DE MEDIR

Para salsas, se necesitan cucharones de unos 30-50 ml y para caldos, de unos 100-300 ml. Son usados para medir salsas y caldos así como para remover los ingredientes en el wok. Evita que se enganche debido al calor extremo.

3. CUCHILLO

Este cuchillo especial permite cortar los ingredientes muy finos y de una forma más rápida, con mayor precisión.

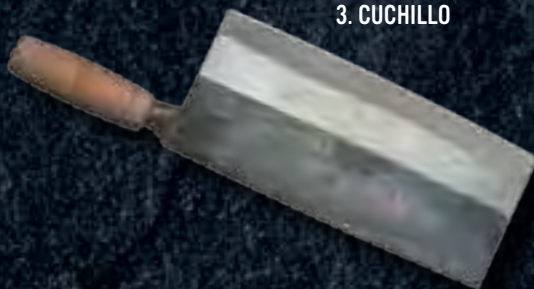
4. CEPILLO DE BAMBÚ PARA LIMPIAR

Con él, el chef puede limpiar el wok rápidamente y a conciencia, sin dañar la superficie.

2. CUCHARÓN DE MEDIR



3. CUCHILLO



4. CEPILLO DE BAMBÚ



SUS INGREDIENTES MÁS UTILIZADOS

Los básicos



Chili ojo de pájaro tailandés



Chili dedo tailandés



Ajo tailandés



Galanga



Lima Kaffir



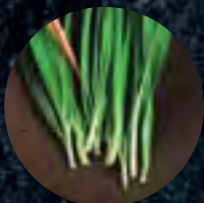
Chalota



Hojas de lima



Hierba limón



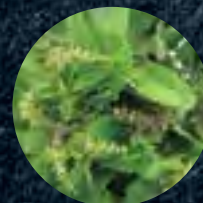
Cebollino chino



Cilantro chino



Albahaca



Albahaca sagrada
tailandesa

Los extra



Semillas de cilantro



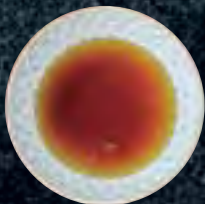
Semilla de comino



Coco tailandés



Camarones secos



Salsa de pescado



Cúrcuma



Jengibre



Hoja Pandana

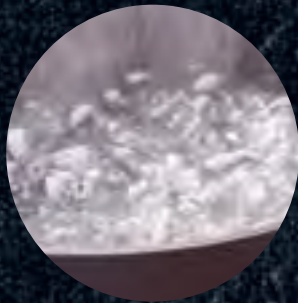


Tamarindo



Raíz de los dientes

MÉTODOS DE COCINA ASIÁTICA



Técnicas de pre-cocción

Algunas carnes necesitan ser parcialmente precocinadas durante poco tiempo para simplemente deshacerse de los olores primarios pero manteniendo su sabor y textura.

Ciertas verduras también necesitan ser precocinadas para eliminar su astringencia o amargura, en ocasiones también para obtener un color fresco.

#1

HERVIR: Se cocinan las verduras en agua hirviendo antes de cocinarlas con los otros ingredientes.

#2

HERVIR A FUEGO LENTO: Se pone la carne a fuego lento, durante varios minutos hasta su ebullición.

#3

ESCALDAR: Se sumergen las verduras en agua hirviendo y se retiran cuando el agua vuelve a hervir. Así se mejora su color y textura.

#4

HERVIR RÁPIDAMENTE: Se coloca la pieza con el agua aún fría y se retira justo cuando empieza a hervir. Así se desprende más fácilmente la carne del hueso y se elimina el olor a sangre.

#5

REBOZAR: Primero se marinan las carnes y las verduras y luego se sumergen en una masa para freírlos. Así se sellan. Así se sellan los jugos, se evita que se deshagan los ingredientes y se reduce la pérdida de nutrientes.



Técnicas de cocción

#1

SALTEAR: se cocina a fuego alto con poco aceite, se agregan los ingredientes y se giran mientras se cuecen. Los ingredientes se cortan finos y se remueven constantemente para que la carne se mantenga jugosa y los vegetales queden crujientes.

#2

FREÍR: se pueden hacer rollitos de primavera, galletas y dar un punto crujiente al exterior de carnes y mariscos.

CONSEJO DEL CHEF:

Freír en un Wok es más fácil y más limpio. Para saber que el aceite está suficientemente caliente, poner una cuchara de madera. Si salen burbujas, está listo.

Los ingredientes suelen estar marinados en una salsa y recubiertos con Maizena, harina o pan. Para adobar, se empapan los ingredientes con salsa de soja, jerez y otros condimentos durante media hora. Al añadir harina de castaña de agua a la masa te aseguras que la capa exterior quede crujiente.

En su variante tailandesa, los alimentos se envuelven con hojas y/o papel de aluminio o se exponen directamente al calor mientras se hacen.

SUGERENCIAS:

- El aceite debe estar a unos 190°C. Puedes comprobarlo con un termómetro o echando un trocito de carne o verdura.
- Puedes reutilizar el aceite añadiendo un poco de aceite nuevo. El que se use para freír pescado y marisco debe estar aparte.
- Corta la carne en trozos medios o precocinados. Si el pescado se sirve entero, se deben hacer cortes profundos en diferentes puntos.
- Para evitar salpicaduras, los alimentos se deben secar primero.

Cuando se cocina a la parrilla, la calidad del sabor dependerá de la cantidad de grasa, ternura y tamaño de los ingredientes. Para evitar que se peguen y se evapore la humedad, sumerge los ingredientes en aceite.

#3

FREÍR A FUEGO LENTO: Se llena la sartén con aceite hasta cubrir los ingredientes, se reparten uniformemente y se dejan freír lentamente durante pocos minutos, volteando una o dos veces hasta dorar ambos lados.

Esta técnica va muy bien para la cocción final de alimentos pre-fritos o pre-hervidos ya que conserva los jugos de las carnes.

#4

HERVIR: los ingredientes se cocinan a fuego lento con el líquido para que coja su jugo y su sabor, mientras que la carne se vuelve más tierna.

#5

AL VAPOR: conserva los sabores y nutrientes con la temperatura del vapor, pero es preferible consumir la comida inmediatamente. Se pueden usar varios niveles para cocinar diferentes alimentos a la vez. Hay dos métodos:

- Manteniendo los ingredientes por encima del agua hirviendo y cociéndolos con el vapor.
- Sumergiendo una parte de la olla para que los ingredientes se hiervan por el contacto con el agua y por el vapor que desprende.

#6

A LA BRASA: se ponen los ingredientes a fuego medio con poco caldo o salsa. Si la salsa o el caldo se hace con salsa de soja, se conoce como Hong-shao.

#7

GUISADO ROJO: los alimentos se cocinan en grandes cantidades de salsa de soja y agua para que el plato sea rico, sabroso y tenga un tono marrón rojizo. Perfecto para cocinar cerdo, ternera, jamón, pollo, pato o carpa. Con esta técnica también se prepara un estofado, entre 1 y 6 horas, dependiendo de los cortes de la carne.



Otros métodos de cocción

#1

A LA BARBACOA: se hace sobre carbón, sobre un asador o una parrilla.

#2

ASADO: en China se usan hornos sobre un fuego de carbón.



CAPTURA SU ESENCIA EN 5 PASOS

#1

En la cocina asiática, las verduras normalmente se cortan en tiras finas de unos 5 cm. Mientras que la cebolla se suele cortar en trozos pequeños, la zanahoria y el rábano se corta en tiras.

#2

Es muy importante cocinar la carne y las verduras paso a paso y controlar los tiempos de cocción, ¡ahí está el secreto!

#3

Para cocinar con el wok se necesitan temperaturas muy altas, por lo que debes asegurarte que la salsa que uses contenga azúcar en cantidades equilibradas. Así la salsa no se quemará.

#4

Las cocciones no son largas. Cocina los ingredientes en pocos minutos para mantener gran parte de su textura y sabor fresco.

#5

Usa aceites adecuados para altas temperaturas.



SOPAS

Crea deliciosas y auténticas sopas asiáticas de forma simple y rápida.

Paso 1: Infusiona Krona Original con coco rallado. Una vez colada, úsala como base.



Krona Original



Pollo



Gambas



Marisco



Setas



Zanahoria



Cebolleta



Cilantro
y fideo celofán



Pasta de Curry
Rojo Knorr





CONSEJO DEL CHEF:

Agrega hojas de lima Kaffir para dar a la sopa un aroma más fresco.

Tom Khai Ghai

ENSALADAS

Las ensaladas asiáticas son frescas y fáciles de preparar en pocos pasos.

Paso 1: Corta y saltea las verduras en un wok.



Chalota



Ajo



Jengibre



Hierba limón



Sweet Chili Knorr



Pollo



Gambas



Tenera



Marisco



Limón



Lima



Paso 4: Adereza con limón o lima.

A top-down view of a dark grey plate filled with a colorful Asian shrimp salad. The salad features large, cooked shrimp, sliced squid, fresh arugula, sliced red tomatoes, and thin slices of red onion. It is garnished with small red chili peppers and green herbs. The background is a dark, textured surface.

CONSEJO DEL CHEF:

Ponle un poco de aceite de sésamo para conseguir un sabor más auténtico. Si añades cacahuetes conseguirás un toque final crujiente.

Ensalada asiática de gambas

CURRY

Los curries asiáticos son dulces, aromáticos y muy sabrosos. Sigue estos sencillos pasos para crear tus auténticos platos asiáticos.

Paso 1: Mezcla la leche de coco con la Pasta de Curry Rojo Knorr.



Leche de coco
Knorr



Pasta de Curry
Rojo Knorr



Ternera



Pollo



Cerdo



Setas



Tomates Cherry



Piña



Pimientos



Guisantes





CONSEJO DEL CHEF:

Agrega hierbas asiáticas como cilantro y albahaca tailandesa, para lograr un toque final auténtico. Reemplaza la carne por tofu para un menú vegetariano. Reemplaza la sal por caldo de pescado y el azúcar normal por azúcar de palma, para dar un toque aún más auténtico.

Curry de pollo al estilo asiático

ARROCES FRITOS

Un plato de la cocina asiática tan esencial como delicioso. Sigue estos pasos para crear un plato de arroz perfecto.

Paso 1: Saltea las chalotas y el ajo o el jengibre.



Ajo



Chalota



Jengibre



Chile

Paso 2: Agrega huevo, las proteínas que prefieras y el arroz previamente cocinado.



Huevo



Gambas



Pollo



Ternera



Arroz



Paso 3: Agrega Sweet Chili Knorr a tu gusto.



Sweet Chili Knorr



Paso 4: Añade los vegetales que quieras.



Guisantes



Zanahoria





CONSEJO DEL CHEF:

Cocina el arroz un día antes para que no se pegue mientras se fríe.

Arroz frito con gambas y pollo

FIDEOS FRITOS

Plato muy fácil de cocinar siguiendo estos simples pasos. Los fideos fritos son la alternativa perfecta para el arroz frito.

Paso 1: Escoge las verduras que quieras para saltear.



Ajo



Chalota



Jengibre



Chile

Paso 2: Agrega huevo, las proteínas que prefieras y los fideos previamente cocinados.



Huevo



Gambas



Pollo



Ternera



Fideos

Paso 3: Añade la Pasta de Curry Rojo Knorr.



Pasta de Curry Rojo Knorr

Paso 4: Agrega los vegetales que quieras.



Brotes de soja



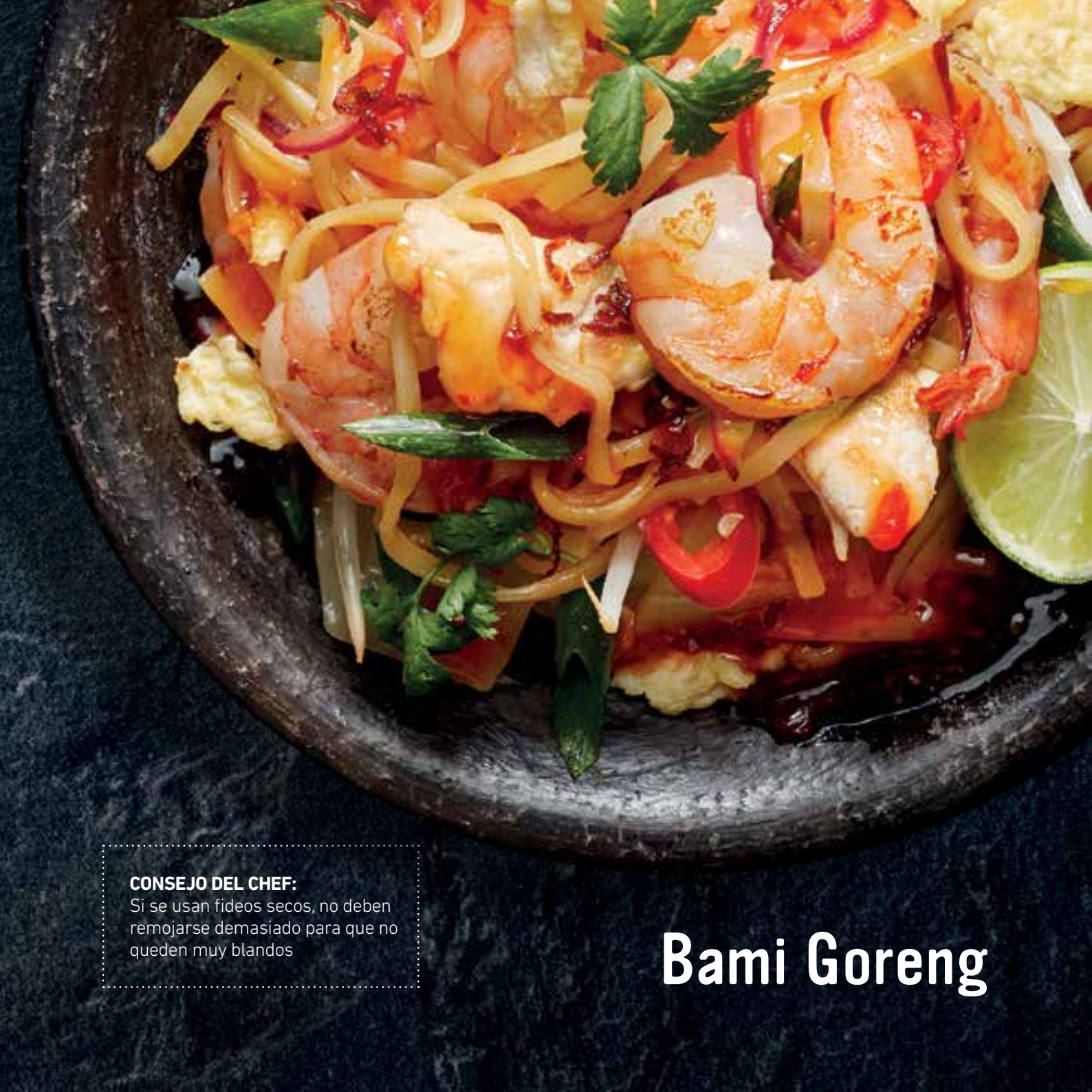
Zanahoria



Guisantes



Setas



CONSEJO DEL CHEF:

Si se usan fideos secos, no deben remojarse demasiado para que no queden muy blandos

Bami Goreng

SALTEADOS

Un plato rápido con el que conseguirás hacer la boca agua de tus comensales si sigues estos sencillos pasos. Las carnes marinadas salteadas son un verdadero placer.

Paso 1: Saltea las verduras que prefieras.



Paso 2: Agrega la proteína previamente adobada con Maizena.



Paso 3: Agrega los vegetales que desees.



Paso 4: Acaba con un toque de Sweet Chili Knorr.



Sweet Chili Knorr

=



CONSEJO DEL CHEF:

Puedes poner Maizena a la carne cruda cortada en rodajas. Así evitarás que la carne se seque y obtendrás una textura suave.

Salteado de verduras y carne

MARINADOS

Un asado lento con especias asiáticas tostadas, le aporta un sabor ideal y una humedad extra a la carne. Consigue un plato de éxito con estos simples pasos.

Paso 1. Mezcla la Pasta de Curry Rojo Knorr con los vegetales que prefieras y marina la carne.



Pasta de Curry
Rojo Knorr

+



Ajo



Chalota



Jengibre



Chile



Hierba limón

+



Pollo



Costillas

=



Ternera



Pescado



CONSEJO DEL CHEF:

Cocina al vacío lentamente
o en un horno a 110 °C.

Costillas al horno

**RECETAS
TRADICIONALES CON
UN TOQUE ASIÁTICO**

¡Los ingredientes asiáticos y los españoles se llevan muy bien!

Cuando introduces sabores de allí a platos de aquí, el resultado es espectacular. Es la manera perfecta de dar un toque diferente a los platos de siempre y sorprender rápida y fácilmente.

Lleva tu cocina a otro nivel: la fusión.



INSPIRACIÓN DE AQUÍ Y DE ALLÍ

A continuación, descubrirás cómo hacer que tu cocina sea de fusión en solo 5 pasos.

Además, te presentamos una selección de consejos para dar el toque asiático a diferentes preparaciones españolas:



**SALSAS
CALIENTES**



**SOPAS Y
CREMAS**



**SALTEADOS:
ARROCES Y
FIDEOS**



GUISOS



**MARINADOS
Y LACADOS**



**DIPS
Y SALSAS
FRÍAS**



ENSALADAS

¡Y MUCHO MÁS!

FUSIONA TU COCINA EN 5 PASOS

#1

Al utilizar la Pasta de Curry Rojo Knorr en tus preparaciones, es importante que la agregues justo antes de terminar la cocción, no desde el inicio, para apreciar su intensidad y mantener su frescura hasta el final.

#2

La cocina asiática es equilibrio. Por ejemplo, una receta picante siempre agradece un contraste ácido o dulce.

#3

Los sabores asiáticos son protagonistas de la cocina informal, sobre todo en las salsas frías para snacks, bocadillos, frituras, dips o ensaladas.

#4

Integra salsas asiáticas como un ingrediente más de tus elaboraciones para hacerlas más originales y atrevidas.

#5

La auténtica cocina asiática es menos calórica y nutritiva por lo que no acostumbra a ser muy pesada. Por eso, puedes crear recetas ligeras pero con sabor y personalidad.



SALSAS CALIENTES

Para dar un toque exótico a tus platos, solo tienes que calentar la Salsa de Curry Amarillo Knorr y listo, ¡así de fácil!

ELABORACIÓN

- 1 Prepara las verduras para rellenar.
- 2 Monta los timbales y cuécelos al horno.
- 3 Calienta la Salsa de Curry Amarillo Knorr, para dar un toque final exótico
- 4 Emplata sobre una cama de arroz y rodaja de piña glaseada.

CONSEJO DEL CHEF:

Monta el timbal con las láminas de pollo en crudo. Córtalo muy fino para que tarde menos tiempo en el horno y las verduras mantengan mejor su punto.





**Timbal de ave madrás
con piña glaseada**

SOPAS Y CREMAS

Mezcla la Salsa de Curry Amarillo Knorr con tus cremas tradicionales y en un solo paso tendrás un auténtico sabor asiático.

ELABORACIÓN

- 1 Prepara una crema de coliflor, sin sal.
- 2 Incorpora la Salsa de Curry Amarillo Knorr hacia el final del hervor.
- 3 Tritura y vuelve a hervir.
- 4 Termina poniéndole el punto de sal.

CONSEJO DEL CHEF:

Acompaña con yogur natural para refrescar y equilibrar el paladar. Sírvelo sin hervir ni calentar para no estropear su aspecto.





Crema especiada
de coliflor

SALSAS PARA MARISCOS

Incorporando la Salsa de Curry Amarillo Knorr durante la cocción, tendrás una salsa marinada personalizada para tus mariscos.

ELABORACIÓN

- 1 Prepara una base de aceite caliente, ajo y pimienta o cebolla.
- 2 Añade enseguida unas cucharadas de Curry Amarillo Knorr.
- 3 Incorpora los mejillones y tapa. Abre al vapor.
- 4 Sirve directamente.

CONSEJO DEL CHEF:

El curry no debe ser protagonista y debe estar equilibrado con el sabor del mar. Añadiendo vino blanco y perejil o cilantro asegurarás el éxito del plato.





**Mejillones
al curry**

FIDEOS SALTEADOS

Dale a tus fideos tradicionales, un toque original y agridulce de manera instantánea.

ELABORACIÓN

- 1 Trocea el rape y reboza.
- 2 Saltea los fideos con diferentes verduras, como el puerro o el brócoli.
- 3 Añade la Salsa Agridulce Knorr al salteado.
- 4 Fríe los trozos de pescado y sirve.

CONSEJO DEL CHEF:

La Salsa Agridulce Knorr agradece los contrastes de texturas, por eso recomendamos rebozar y freír algunos ingredientes justo antes de mezclar con la salsa.





**Rape en tempura
con fideos salteados**

SALSAS PARA MAR Y MONTAÑA

En tan solo un paso, podrás tener una salsa exótica con el balance agrídulce ideal.

ELABORACIÓN

- 1 Prepara las albóndigas y fríelas.
- 2 Corta el calamar en juliana fina, saltea y reserva.
- 3 Sofríe los shiitake e incorpora alguna verdura y el calamar.
- 4 Mezcla con las albóndigas y con la Salsa Agrídulce Knorr.
- 5 Calienta el conjunto mínimo 5 minutos y sirve.

CONSEJO DEL CHEF:

Darás más protagonismo a las albóndigas si las haces de carne o de pescado y las combinas con calamar, cerdo o hierbas y/o especias.





Albóndigas orientales
con sepia y shiitake

SALTEADOS

Tus verduras de siempre como nunca las habías visto. Sin duda, sorprenderás a tus comensales.

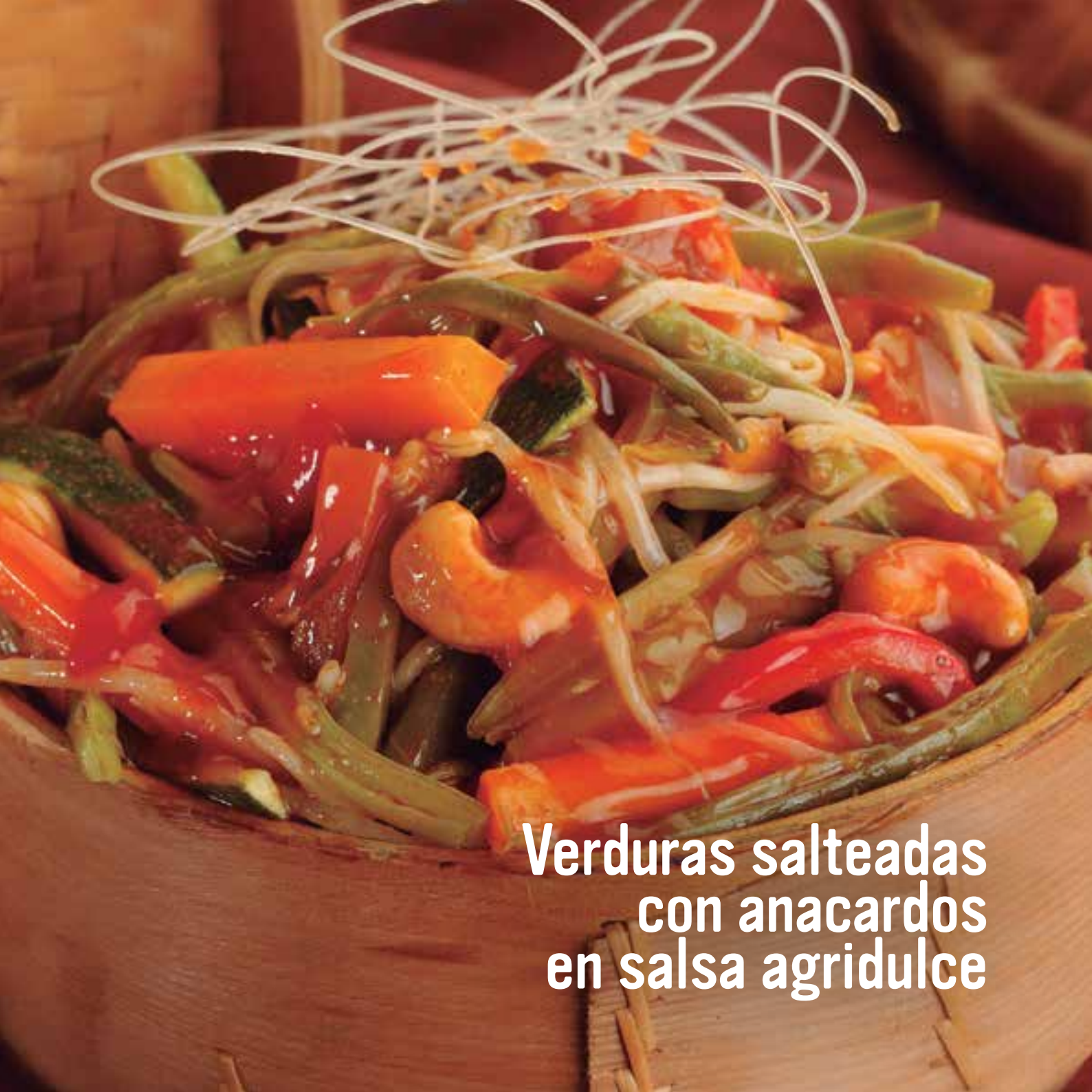
ELABORACIÓN

- 1 Corta una selección de verduras en juliana fina.
- 2 Prepara una sartén muy caliente o Wok.
- 3 Fríe primero los anacardos con sal.
- 4 Incorpora enseguida las verduras y la Salsa Agridulce Knorr.
- 5 Sirve como plato principal o guarnición.

CONSEJO DEL CHEF:

Los salteados o Woks deben mantener textura, sabor y color "al dente". Saltea los ingredientes por separado o en poca cantidad para evitar que su temperatura baje.





**Verduras salteadas
con anacardos
en salsa agridulce**

GUISOS

Solo con agregar un poco de la Pasta de Curry Rojo Knorr, podrás tener un toque de picante ideal en cualquiera de tus guisos o sopas.

ELABORACIÓN

- 1 Sofríe ajo y cebolla.
- 2 Añade las patatas.
- 3 Agrega el caldo.
- 4 Añade una cucharada de Pasta de Curry Rojo Knorr y mezcla todos los ingredientes.
- 5 Incorpora el pescado y hiérvolo hasta que esté hecho.
- 6 Comprueba nivel de sal y sazona al gusto.

CONSEJO DEL CHEF:

No dejes que la Pasta de Curry Rojo Knorr hierva demasiado tiempo para no reducir los matices frescos y cítricos de la citronella o de la lima.





**Marmitako
Curry Rojo**

MARINADOS

Al marinar con la Pasta de Curry Rojo Knorr, las carnes absorben todos sus aromas y tienen una textura más jugosa.

ELABORACIÓN

- 1 Marina el secreto ibérico con la Pasta de Curry Rojo Knorr durante unas horas.
- 2 Hornea lentamente a unos 120 °C.
- 3 Recoge los jugos de la bandeja para servir la receta.
- 4 Sirve sobre unas patatas al horno o panadera.

CONSEJO DEL CHEF:

Añade una buena cantidad de zumo de limón o de lima la Pasta de Curry Rojo Knorr para conseguir un contraste muy agradable y reducir el punto picante.





Secreto marinado
al horno

DIPS Y SALSAS FRÍAS

Crea infinidad de dips originales al instante, sólo mezclando en frío la Pasta de Curry Rojo Knorr con la base que prefieras.

ELABORACIÓN

- 1 Mezcla en frío la Pasta de Curry Rojo Knorr con mayonesa, queso crema o yogur.
- 2 Añade trozos de verduras o frutas para elaborar salsas más complejas.
- 3 Sirve como acompañamiento de frituras, palitos de verduras o snacks.

CONSEJO DEL CHEF:

Prepara las mezclas en frío con antelación porque el sabor se va equilibrando e intensificando con el paso de las horas.





Dips variados

SOPAS FRÍAS

Incorpora un toque de Pasta de Curry Rojo Knorr en tus sopas frías, para un toque picante instantáneo.

ELABORACIÓN

- 1 Remoja la miga de pan en agua fría.
- 2 Tritura los tomates maduros con ajo y cebolleta.
- 3 Añade sal, una pizca de Pasta de Curry Rojo Knorr y aceite de oliva. Tritura, cuela y deja enfriar.
- 4 Marca ligeramente los trozos de atún o bonito.
- 5 Corta el pescado en tacos y sirve sobre el salmorejo.

CONSEJO DEL CHEF:

Añade la Pasta de Curry Rojo Knorr en pequeñas dosis para controlar su intensidad. Si además pones aceite de oliva, podrás conservarlo mejor.





**Salmorejo con
sashimi de bonito**

SALSAS PARA “CASUAL FOOD”

Un aliado ideal para dar un toque picante a las salsas de tus platos de “Casual Food.”

ELABORACIÓN

- 1 Cocina la carne de cerdo al horno lentamente o al vacío a baja temperatura durante unas 6 horas.
- 2 Desmiga la carne y sazónala a tu gusto.
- 3 Elabora una salsa a partir del jugo de la carne, la Pasta de Curry Rojo Knorr, el aceite y la salsa barbacoa para acompañar.
- 4 Prepara el pan de pita (o el que prefieras), para rellenar con la carne desmigada.
- 5 Adereza con la salsa especial.

CONSEJO DEL CHEF:

Con la Pasta de Curry Rojo Knorr también puedes elaborar otras salsas que no son tan exóticas. Por ejemplo, mezclándola con salsa de tomate puedes preparar salsa brava.





**Mollete de
pulled pork**

ARROCES SALTEADOS

Tus arroces de siempre también pueden tener un toque exótico y picante, de una forma rápida, agregando la Pasta de Curry Rojo Knorr tanto al comienzo de preparar el sofrito, como en medio de la cocción.

ELABORACIÓN

- 1 Pon a cocinar el arroz hasta que esté en su punto y déjalo enfriar.
- 2 Corta las verduras en trozos pequeños.
- 3 Marca y cocina los trozos de pollo.
- 4 Saltea el arroz y las verduras en la sartén, añadiendo una cucharada de Pasta de Curry Rojo Knorr durante el proceso.

CONSEJO DEL CHEF:

La Pasta de Curry Rojo Knorr tiene una textura suave y cremosa, lo que facilita su integración con el resto de los ingredientes, incluso en un salteado.





**Arroz salteado
con pollo**

DIPS

La salsa Sweet Chili Knorr tiene una textura y color muy atractivos y un toque picante muy suave, que permite servirla y disfrutarla directamente.

ELABORACIÓN

- 1 Acompaña todo tipo de snacks como alitas de pollo, gambas en tempura o tacos de queso brie.
- 2 Sirve directamente de la botella en frío y ¡listo!

CONSEJO DEL CHEF:

La salsa Sweet Chili Knorr tiene un toque picante muy suave con mucho sabor a pimienta y ajo.

Sirve la salsa Sweet Chili Knorr directamente, junto con salsa de soja o salsas frescas de yogur o de lima para balancear los sabores.





Crudités
en tempura

LACADOS

Al tener una textura brillante y colorida, la salsa Sweet Chili Knorr aporta a tus lacados una apariencia muy apetitosa.

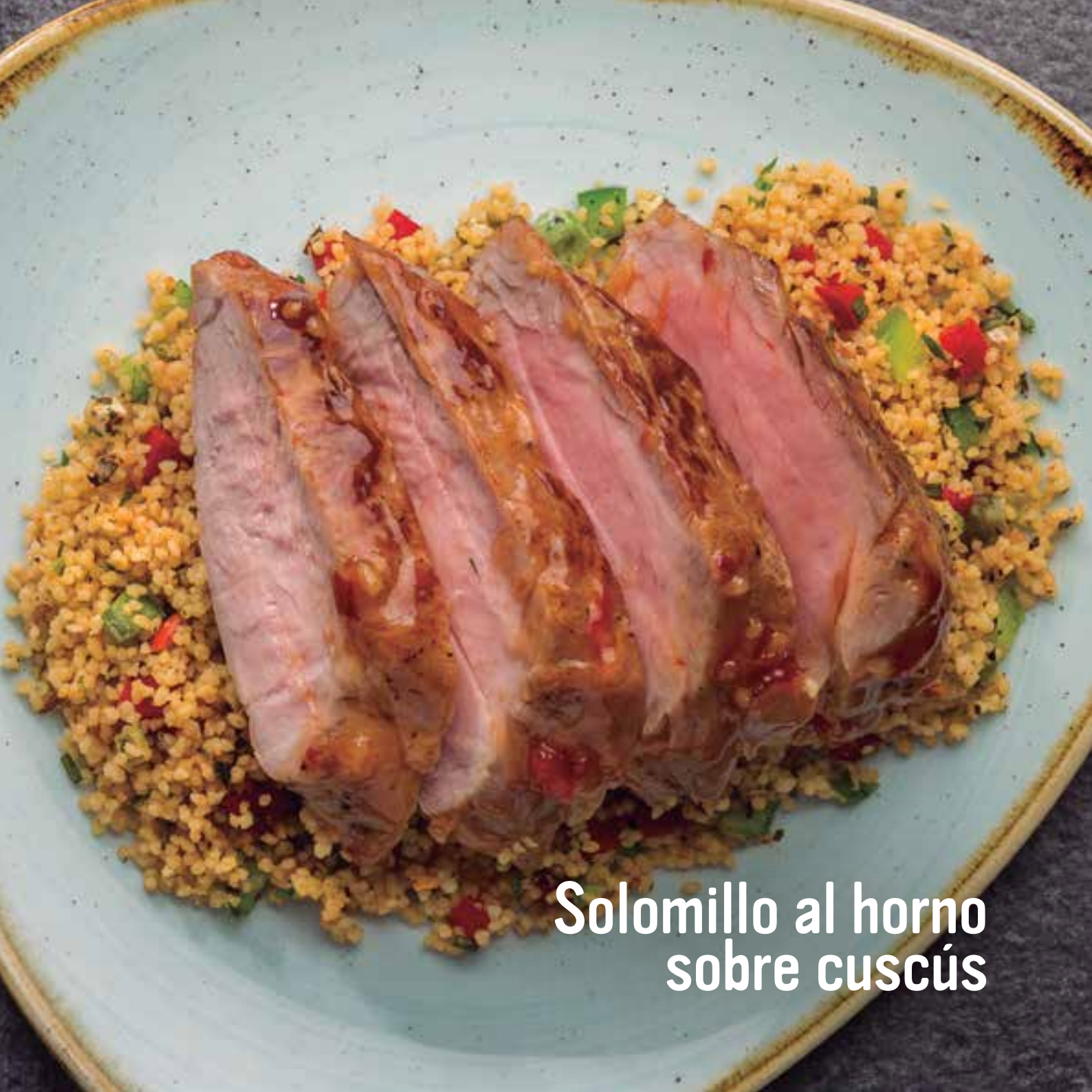
ELABORACIÓN

- 1 Marca el solomillo en sartén a fuego alto.
- 2 Añade la salsa Sweet Chili Knorr a la sartén.
- 3 Cocina la carne, cubriéndola con la salsa en todo momento.
- 4 Termina la cocción en el horno si lo consideras necesario.
- 5 Prepara un cuscús como base para servir.

CONSEJO DEL CHEF:

Para glasear se necesita hacer una caramelización. Es muy importante controlar la cantidad y la calidad del azúcar para evitar que quede demasiado dulce o se queme.





**Solomillo al horno
sobre cuscús**

SALSAS CARMELIZADAS

Al ser tan versátil, también puedes utilizar la Salsa Sweet Chili Knorr, para caramelizar tus salsas calientes y darles un toque exótico y una apariencia muy colorida y brillante.

ELABORACIÓN

- 1 Cocina un pisto tradicional con verduras cortadas finas.
- 2 Hierve los granos de germen de trigo como si fuera una ensalada.
- 3 Añade tomate concassé y uvas peladas.
- 4 Carameliza ligeramente el pisto con 2 cucharadas de Sweet Chili Knorr.
- 5 Hornea el pollo y sítelo acompañado del pisto.

CONSEJO DEL CHEF:

En la gastronomía española no se suele cocinar con azúcar, por lo que debes medir bien la dosificación del Sweet Chili Knorr.



A close-up photograph of a roasted chicken leg, likely a drumstick, resting on a bed of a thick, chunky sauce. The sauce is a vibrant red, made of finely diced tomatoes and green grapes, with some whole green grapes visible. A single slice of tomato is placed on top of the chicken, showing its characteristic star-shaped seed pattern. The entire dish is served on a light blue plate.

**Pollo con pisto
de tomate concassé y uvas**

SALTEADOS

Tus verduras de siempre con una apariencia más atractiva y sorprendente.

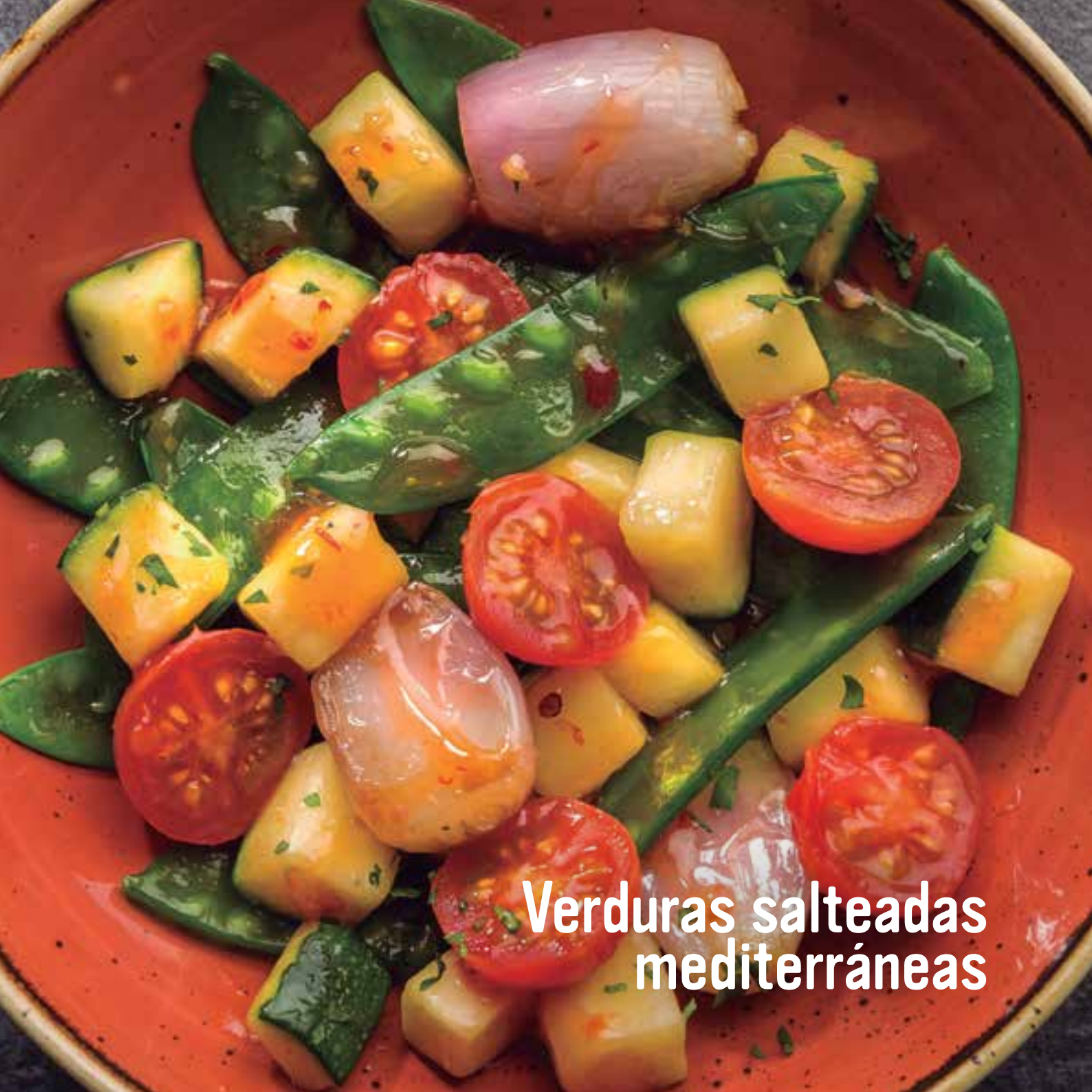
ELABORACIÓN

- 1 Corta las verduras en juliana fina.
- 2 Saltea por separado según la dureza de cada ingrediente y reserva.
- 3 En otra sartén, agrega aceite y la salsa de Sweet Chili Knorr a fuego alto.
- 4 Incorpora las verduras con la temperatura alta y remueve con movimientos rápidos.

CONSEJO DEL CHEF:

Las verduras suelen ser un plato principal o una guarnición aburrida, pero con el Wok puedes darle un giro creativo muy apetecible y sorprendente.





Verduras salteadas
mediterráneas

ENSALADAS

Da un toque diferente a tus ensaladas agregando un aliño preparado con la Salsa Sweet Chili Knorr.

ELABORACIÓN

- 1 Corta las verduras y frutas de tu preferencia y mézclalas con el pollo ya cocinado (o la proteína que quieras).
- 2 Prepara un aliño con vinagre, salsa Sweet Chili Knorr y aceite de oliva.
- 3 Agrega tomate picado, perejil y cebolleta a la vinagreta y tendrás un aliño perfecto para tu ensalada.

CONSEJO DEL CHEF:

Prepara un aliño con un toque dulce y picante para conseguir una ensalada especial y diferente. Si preparas diferentes aliños especiales te ahorrarás el esfuerzo de cambiar el tipo de ensalada.





Ensalada de pollo
y naranja

Encuentra tus recetas
e inspiración en www.ufs.com

Unilever Food Solutions España
☎ 902 101 543
informacion.foodsolutions@unilever.com

