



António José Rosa tem o robot há cerca de um ano e meio, mas é utilizador há muito mais tempo, isto porque se habituou a usar em casa dos amigos, o que lhe deu muita experiência e incentivo a adquirir um. “Fiquei rendido e tive mesmo de comprar um robot. É muito prático, especialmente para quem vive sozinho. Faço uso diário, adapto receitas que fazia no fogão e estou sempre a inventar coisas novas”, salienta. O nosso convidado aprecia um tipo mais moderno de cozinha e a máquina adapta-se perfeitamente a este estilo. “Em casa faço um jantar mensal para cerca de 10 pessoas e praticamente tudo é preparado no robot”, refere. O convidado deste mês é também um criativo que rentabilizou a compra do robot de uma forma muito original; António Rosa faz capas estampadas para um modelo de robot em particular, as quais divulga nas redes sociais. “É um hobby já que as capas são feitas à medida e cosidas na máquina. Tenho muitas encomendas porque são práticas e uma prenda original”.

O nosso convidado mora em Lisboa, trabalha em marketing de empresas e gosta de praticar natação, pintar e viajar.



Paté de atum do oriente

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

1 LATA DE ATUM AO NATURAL ✕ 2 OVOS ✕ 1 CEBOLA MÉDIA ✕ 1 FRASCO DE MAIONESE DE ALHO E SALSA ✕ 3 COLHERES (SOPA) DE VINHO BRANCO ✕ 1 COLHER (CAFÉ) DE COMINHOS EM PÓ ✕ 2 COLHERES (CAFÉ) DE NOZ-MOSCADA ✕ 2 COLHERES (CAFÉ) DE CARIL EM PÓ ✕ 1/2 MOLHO DE SALSA

01 ✕ Deite 1 kg de água no copo, junte o copo de rede com os ovos e programe na **temperatura vapor** e **velocidade 3** durante **20 minutos**. Retire os ovos e descasque-os. Descasque a cebola, corte-a em quartos, deite-os no copo escorrido, junte a salsa e ligue **5 segundos** na **velocidade 5**.

02 ✕ Adicione os ovos cozidos cortados em pedaços, o atum escorrido, a maionese, o vinho branco, os cominhos, a noz-moscada e o caril e ligue durante **35 segundos** na **velocidade 4**. Retire e sirva com tostas e decorado com mais salsa.



Linguine com salmão

INGREDIENTES PARA 5 PESSOAS

500 G DE MASSA LINGUINE PRETA (DI SEPIA) • 250 G DE LOMBOS DE SALMÃO CONGELADOS OU FRESCOS • 150 G DE MIOLO DE CAMARÃO • 1 CEBOLA MÉDIA • 3 DENTES DE ALHO • 300 G DE LEITE MEIO GORDO • 30 G DE FARINHA • 20 G MANTEIGA • 5 G DE AZEITE • 1 MOLHO GRANDE DE SALSA FRESCA • 1 COLHER (CAFÉ) DE NOZ-MOSCADA • SAL E PIMENTA Q.B.

01 • Deite 1 kg de água no copo do robot e coloque o copo de rede e a massa linguine. Encaixe por cima o recipiente para cozinhar a vapor com o salmão e programe na **temperatura vapor**, durante **20 minutos**, na **velocidade 3**.



02 • Retire a massa e o peixe e escorra o copo. Descasque a cebola e os alhos, corte a cebola em pedaços e deite no copo. Adicione o azeite e a noz-moscada e ligue **5 segundos** na **velocidade 5**. Depois programe a **100°C**, durante **5 minutos**, na **velocidade 2**.

03 • Junte o molho de salsa inteiro e programe novamente a **100°C** e **velocidade 2** durante mais **3 minutos**. Adicione então o leite, a farinha e a manteiga, tempere com sal e pimenta e programe a **90°C**, durante **8 minutos**, na **velocidade 4**.

04 • Corte os lombos de salmão em pedaços, adicione-os ao copo, junte também o miolo de camarão e programe a **90°C**, durante **3 minutos** na **velocidade 2 invertida**. Coloque o linguine cozido numa travessa, junte a mistura do peixe por cima e sirva decorado a gosto.



Praliné de beterraba

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

120 G DE AÇÚCAR • 2 BETERRABAS COZIDAS DE COMPRA • 2 PACOTES DE NATAS LIGHT • 3 OVOS • 5 FOLHAS DE GELATINA • SUMO DE 1/2 LIMÃO

01 • Ponha as folhas de gelatina a demolhar em água fria. Deite as claras para o copo do robot, encaixe o acessório misturador e ligue durante **4 minutos** na **velocidade 2,5**. Retire as claras batidas e deite-as numa tigela.

02 • Deite o açúcar no copo, junte as beterrabas cortadas em pedaços e o sumo de limão e ligue durante **10 segundos** na **velocidade 10**. Depois programe a **80°C**, durante **5 minutos**, na **velocidade 3**. Adicione as folhas de gelatina e as gemas batidas e ligue **10 segundos** na **velocidade 10**. Junte então as natas light e ligue **30 segundos** agora na **velocidade 8**.

03 • Adicione a mistura anterior à tigela com as claras, envolva com uma colher de pau, deite num recipiente e leve ao frigorífico durante 8 horas. Depois retire em colheradas e sirva decorado a gosto.

