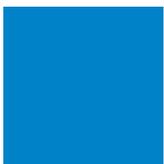


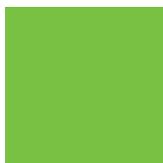
.....

# Las mejores recetas con tu horno Balay.

.....

Consejos y recetas para tu horno  
con Función Vapor.





En las instrucciones de uso figura una selección más amplia de alimentos y los ajustes óptimos correspondientes.

# Trucos para conseguir platos deliciosos.

No importa lo complicado que parezca un plato, a partir de ahora su preparación será sencilla gracias a tu nuevo horno con Función Vapor y sus numerosas funciones.

Aves, carnes, pescados, platos vegetarianos, panes y pasteles dulces o salados: el plato deseado se cocinará siempre a la perfección. Y además de manera muy cómoda y fácil.

A partir de ahora tienes otro chef en tu cocina: tu nuevo horno Balay con Función Vapor.

Cada detalle del aparato ha sido desarrollado, elaborado y probado hasta satisfacer al 100% los exigentes requisitos de calidad establecidos por Balay. De este modo, hemos creado

una tecnología puntera de sencillo manejo que te ahorrará trabajo y te proporcionará siempre resultados óptimos. Las recetas de este recetario han sido creadas y probadas siguiendo los mismos requisitos de calidad. Las indicaciones de las recetas están adaptadas con precisión a tu horno para obtener los mejores resultados.

Así, obtendrás el mayor placer culinario en un abrir y cerrar de ojos. ¡Buen provecho!

## Cocción al vapor: cocinar con la Función Vapor

Cuando se cocina con la Función Vapor, se genera vapor en el compartimento de cocción. De este modo, se obtienen mejores resultados, ya que los alimentos no se resecan y adquieren una corteza crujiente.

Primero, debes seleccionar el modo de calentamiento deseado. Para seleccionar el tipo de calentamiento adecuado, recomendamos tener en cuenta los datos facilitados en la tabla de cocción.

### EL ALIMENTO

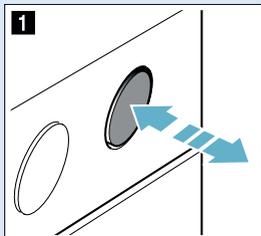
- ▶ adquiere brillo en la superficie
- ▶ queda jugoso y tierno por dentro
- ▶ reduce su volumen solo mínimamente

# Rellenar el depósito de agua

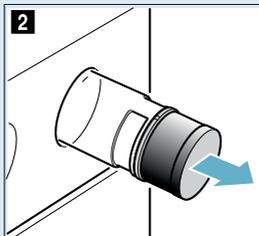
Comprobar que se ha configurado correctamente el nivel de dureza del agua.

## 1 ADVERTENCIAS

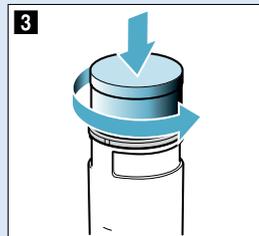
- ▶ Si el agua tiene un alto contenido de cal, se recomienda emplear agua ablandada.
- ▶ Si se utiliza exclusivamente agua ablandada, se puede programar en este caso «Dureza del agua: ablandada».
- ▶ Si se utiliza agua mineral, debe programarse «Dureza del agua 4: muy dura».
- ▶ Si se utiliza agua mineral, deberá ser en todo caso agua mineral sin gas.



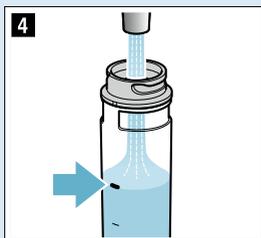
**1** Presionar el depósito de agua de agua



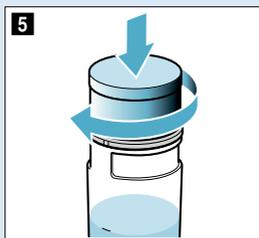
**2** Extraer el depósito de agua



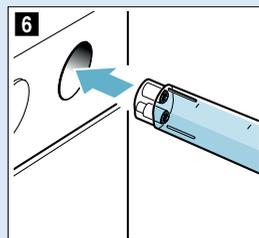
**3** Presionar la tapa del depósito de agua, mantenerla presionada y girarla para abrirla



**4** Llenarlo de agua.



**5** Presionar la tapa del depósito de agua y girarla para cerrarla.



**6** Volver a colocar el depósito de agua en la abertura

# Tabla de cocción

Plato	Accesorio/ recipiente	Altura de inserción	Tipo de calentamiento/funcionamiento con vapor	Temperatura en °C	Duración en minutos
Tarta de bizcocho, 6 huevos	Molde desarmable Ø 28 cm	2	 1	150-160	40-45
Trenza de levadura	Bandeja de horno	2	 2	150-160	25-35
Pastas pequeñas de levadura	Bandeja de horno	3	 1	160-170	20-30
Torta de pan	Bandeja universal	3	 2	220-230	20-30
Pan blanco 750 g	Molde rectangular/ bandeja universal	2	 2  -	210-220 180-190	10-15 25-35
Pan mixto 1 kg	Molde rectangular/ bandeja universal	2	 2  -	210-220 180-190	10-15 40-50
Panecillos dulces recién hechos	Bandeja de horno	3	 2	160-170	20-30
Panecillos recién hechos	Bandeja de horno	3	 2	180-200	20-30
Panecillos, baguettes, regenerar	Parrilla	2	 -	150-160*	10-20
Plato único, refrigerado, 1 ración, regenerar	Recipiente abierto	2	 -	120-130	15-25
Pollo, 1,3 kg	Recipiente abierto	2	 1	220-230	60-70
Pollo troceado, 250 g cada trozo	Recipiente abierto	2	 1	220-230	35-45
Asado de cerdo con corteza de tocino, p. ej. Paletilla, 2 kg	Recipiente abierto	2	 2  -  -	100 180-190 200-210	15-20 75-95 25-30
Pierna de cordero sin hueso, medio hecha, 1 kg	Recipiente abierto	2	 1	170-180	65-75

\* precalentamiento



# Pan blanco

20 rebanadas aprox.

## INGREDIENTES:

750 g de harina  
1 sobrecito de levadura seca  
1 cucharadita colmada de azúcar  
1 cucharadita rasa de sal  
15-20 g de mantequilla  
400-425 ml de agua tibia

## ACCESORIOS:

Bandeja universal

## VALORES NUTRICIONALES:

Por rebanada: 136 kcal, 1 g grasas,  
27 g hidratos de carbono,  
4 g proteínas aprox.

## Preparación:

- 1 | Tamizar la harina en un cuenco mezclador y, con un tenedor, mezclar bien con la levadura seca.
- 2 | Añadir el resto de los ingredientes. Trabajar primero con la varilla de amasar de la batidora a la velocidad mínima y después a la máxima durante unos 5 minutos hasta obtener una masa uniforme. Dejar levar en un lugar cálido durante una hora o utilizar el programa «Dejar levar la masa» .
- 3 | Amasar bien la masa, darle forma de hogaza, colocarla sobre la bandeja universal (ya engrasada y enharinada). Dejarla levar de nuevo durante otros 20-30 minutos en un lugar cálido.
- 4 | A continuación, hornear como se indica.

## Consejo:

- También se puede utilizar leche en lugar de agua.

## Así se programa:

Bandeja de horno, altura 2

3D Aire caliente  
220 °C

Adición de vapor fuerte

15 minutos

3D Aire caliente  
180 °C

30-35 minutos



# Pan integral cuatro cereales

Para 1 hogaza, aprox. 25 rebanadas

## INGREDIENTES:

### PARA LA MASA DE LEVADURA:

- 200 g de harina integral de centeno
- 500 g de harina integral de trigo
- 2 sobrecitos de levadura seca
- 1 cucharada de miel
- Aprox. 250 ml de agua, templada
- Aprox. 250 ml de suero de mantequilla, templado
- 2-3 cucharadas de semillas de linaza
- 2-3 cucharadas de semillas de sésamo
- 2-3 cucharadas de pipas de girasol sin cáscara
- 1-2 cucharadas de pipas de calabaza sin cáscara
- ½-1 cucharada de sal
- 1-2 cucharadas de especias para pan

### ADEMÁS:

- Aceite para la bandeja universal
- Harina para espolvorear

### ACCESORIOS:

- Bandeja universal

### VALORES NUTRICIONALES:

- 113 kcal, 19 g hidratos de carbono, 2 g grasas, 5 g proteínas

## Preparación:

- 1 | En un cuenco grande, mezclar los dos tipos de harina con la levadura. Añadir el resto de ingredientes y amasar bien la masa. Dejar levar en un lugar cálido durante una hora o utilizar el programa «Dejar levar la masa» hasta que se doble el volumen de la masa.
- 2 | Amasar bien la masa, darle forma de hogaza, colocarla sobre la bandeja universal (ya engrasada y enharinada) y dejarla levar durante otros 15-20 minutos.
- 3 | Con un cuchillo afilado, hacer unos cortes en forma de cuadros en la hogaza ya aumentada y pincharla varias veces con un palito de madera.

## Consejo:

- Cuando se usa harina integral, añadir siempre un poco más de líquido y dejar levar la masa durante más tiempo.
- Tostar las semillas y las pipas previamente en una sartén sin aceite.

## Así se programa:

Bandeja universal, altura 2
3D Aire caliente 220 °C
Adición de vapor fuerte
15 minutos
3D Aire caliente 180 °C
35-40 minutos



# Relleno de pecho de ternera a las finas hierbas

Para 6 raciones

## INGREDIENTES:

### PARA LA CARNE CON RELLENO:

1,2 kg de pecho de ternera con un corte para rellenar (solicitar al carnicero)  
 200 g de huesos de ternera, picados en trozos pequeños  
 Sal  
 Pimienta recién molida  
 ½ ramillete de hierbas para la salsa frankfurt (perifollo, borraja, toronjil, pimpinela, perejil, acedera y cebollino en la misma proporción, en total, aprox. 100 g)  
 4 rebanadas de pan de molde  
 125 ml de leche caliente  
 ½ limón biológico  
 3 chalotas  
 3 yemas de huevo  
 25 g de manteca  
 1 ramillete de verduras para caldo  
 600 ml de caldo de carne  
 150 ml de nata

### ADEMÁS:

Hilo de cocina  
 Aguja

### ACCESORIOS:

Bandeja universal

### VALORES NUTRICIONALES:

286 kcal, 1,4 g hidratos de carbono, 13 g grasas, 40 g proteínas

## Preparación:

- 1 | Enjuagar brevemente el pecho de ternera con agua fría y secar sin frotar. Frotar por dentro y por fuera con sal y pimienta.
- 2 | Lavar la mezcla de hierbas, sacudirlas para que escurran y picarlas finas. Cortar el pan de molde en dados y remojarlos en leche. Lavar el medio limón con agua caliente y rallar la cáscara.
- 3 | Pelar las chalotas y cortarlas en daditos muy pequeños. Estrujar el pan remojado y mezclarlo con las hierbas picadas, los daditos de chalota, la yema del huevo y la cáscara del limón. Salpimentar. Rellenar el pecho de ternera con la mezcla y coserlo. Sofreír la carne y los huesos en manteca caliente por todos los lados.
- 4 | Limpiar las verduras para la sopa y cortarlas en dados de unos 2 cm. Añadir las verduras picadas en la bandeja universal, poner encima la carne y los huesos y rociar con la manteca restante. Verter la mitad del caldo y cocinar a fuego lento como se indica.
- 5 | Sacar el asado terminado y cubrir para dejar reposar 5 minutos. Mientras tanto, pasar el jugo del asado con las verduras por un colador a una cacerola, verter el resto del caldo y dejar espesar con la nata. Cortar la carne y servirla con la salsa.

## Así se programa:

Bandeja universal, altura 2
Calor superior e inferior
180-190 °C
Adición de vapor fuerte
90-100 minutos



# Pularda alimentada con maíz a la mantequilla de hierbas

Para 4 raciones

## INGREDIENTES:

### PARA LA MANTEQUILLA DE HIERBAS:

60 g de mantequilla, reblandecida  
1 cucharada de aceite de oliva  
3 cucharadas de hierbas italianas congeladas sin cebolla  
Sal  
Pimienta recién molida  
Pimentón dulce

### CARNE:

1 pularda alimentada con maíz, 1,6 kg  
Sal  
Pimienta recién molida

### ACCESORIOS:

Bandeja universal

### VALORES NUTRICIONALES:

811 kcal, 0 g hidratos de carbono,  
67 g grasas, 53 g proteínas

## Preparación:

- 1 | Batir la mantequilla con una varilla batidora hasta que quede cremosa. Incorporar el aceite de oliva y las hierbas y mezclar. Condimentar abundantemente con sal, pimienta y pimentón.
- 2 | Enjuagar brevemente la pularda con agua fría y secar sin frotar con papel de cocina. Salpimentar por dentro y por fuera. Soltar con cuidado la piel en la zona del pecho. Distribuir la mantequilla de hierbas entre la piel y la carne de la pechuga.
- 3 | Colocar la pularda con el lado de la pechuga hacia abajo sobre la bandeja universal y asar como se indica.
- 4 | Transcurridos aprox. 30 minutos, dar la vuelta y terminar de asar.

## Así se programa:

Bandeja universal, altura 2

Grill aire caliente

180-190 °C

Adición de vapor fuerte

60-70 minutos



# Gratinado de pescado estival

Para 4 raciones

## INGREDIENTES:

### PARA EL GRATINADO DE PESCADO:

**6 patatas medianas firmes a la cocción**  
**1 limón biológico**  
**2 tomates**  
**80 g de aceitunas negras sin hueso**  
**1 ramillete de perejil de hoja plana**  
**600 g de filetes de pescado, p. ej., abadejo**  
**Sal**  
**Pimienta recién molida**  
**3-5 cucharadas de aceite de oliva**

### ADEMÁS:

**Mantequilla para el molde**

### ACCESORIOS:

**Parrilla, molde para gratinar**

### VALORES NUTRICIONALES:

**512 kcal, 35 g hidratos de carbono, 25 g grasas, 35 g proteínas**

## Preparación:

- 1** | Lavar las patatas, pelarlas y cortarlas en rodajas. Calentar agua con sal en una olla y cocer brevemente las patatas.
- 2** | Lavar el limón con agua caliente y secarlo frotando. Lavar los tomates. Cortar los tomates y el limón en rodajas. Desmenuzar las aceitunas en trozos grandes. Enjuagar el perejil, sacudir para que se seque y picar.
- 3** | Engrasar el molde para gratinar.
- 4** | Poner las rodajas de patata precocida en capas. Encima, poner las aceitunas y las rodajas de tomate.
- 5** | Lavar los filetes de pescado brevemente con agua fría, secar sin frotar y colocar sobre los tomates. Salpimentar todo y espolvorear el perejil. Por último, cubrir con las rodajas de limón.
- 6** | Rociar generosamente con aceite de oliva y cocinar a fuego lento como se indica.

## Así se programa:

Molde para gratinar sobre la parrilla, altura 2
3D Aire caliente
150-160 °C
Adición de vapor baja
30-40 minutos



# Strudel de espinacas

Para 4 raciones

## INGREDIENTES:

### PARA LA MASA DE STRUDEL:

250 g de harina  
1 cucharadita de sal  
20 g de mantequilla, derretida  
1 huevo batido  
4-8 cucharadas de agua  
Un poco de aceite

### INGREDIENTES PARA EL RELLENO:

1 cebolla, 1-2 dientes de ajo  
Un poco de aceite  
300 g de espinacas congeladas  
100 g de tomates secos  
200 g de ricotta  
2 huevos  
60 g de piñones  
Un poco de ralladura de naranja o aromatizante de naranja  
15 hojas de toronjil  
2 cucharadas de parmesano, rallado  
1 pizca de nuez moscada, recién rallada  
Sal, pimienta recién molida

### ADEMÁS:

Film transparente  
Papel de hornear  
Mantequilla para untar

### ACCESORIOS:

Bandeja de horno

### VALORES NUTRICIONALES:

532 kcal, 53 g hidratos de carbono,  
23 g grasas, 28 g proteínas

## Preparación:

- 1 | Mezclar la harina, la sal, la mantequilla, el huevo y el agua. Formar una bola, untarla con aceite y dejarla reposar durante 2 horas en el frigorífico envuelta en film transparente.
- 2 | Para el relleno, picar fino la cebolla y el ajo y sofreírlos en aceite. Poner las espinacas descongeladas en un cuenco. Picar los tomates secos en trocitos pequeños. Añadir la cebolla, el ajo y el queso ricotta a las espinacas y mezclarlo todo bien. Añadir el resto de ingredientes y remover bien para formar una masa homogénea.
- 3 | Extender la masa con el rodillo sobre un trapo de cocina enharinado y estirla. Sujetar la masa por debajo e ir estirándola desde el centro sobre el dorso de las manos. Extender la masa en forma de rectángulo largo.
- 4 | Extender uniformemente el relleno sobre la masa. Dejar un borde de aprox. 2 cm de ancho. Doblar los bordes de la masa de los lados sobre el relleno.
- 5 | Levantar el trapo de cocina y enrollar la masa. Deslizarla sobre un papel de hornear. Con ayuda del papel de hornear, colocar sobre la bandeja de horno y si es necesario darle la forma de U. Untar con mantequilla y hornear inmediatamente como se indica.

## Así se programa:

Bandeja de horno, altura 3

Calor superior e inferior

170-180 °C

Adición de vapor fuerte

50-60 minutos



# Tarta de frambuesas: masa de bizcocho según la receta básica

Para 12 raciones

## INGREDIENTES:

### PARA LA MASA DE BIZCOCHO:

3 huevos  
3 cucharadas de agua, caliente  
150 g de azúcar  
150 g de harina  
1 cucharadita de levadura en polvo

### PARA LA COBERTURA:

900 g de frambuesas congeladas  
100 g de azúcar  
200 ml de nata  
4 láminas de gelatina  
200 g de yogur (3,5 %)  
½ vaina de vainilla  
3 sobrecitos de glaseado rojo para tarta

### ADEMÁS:

Papel de hornear

### ACCESORIOS:

Parrilla, molde desarmable de Ø 26 cm

### VALORES NUTRICIONALES:

240 kcal, 36 g hidratos de carbono,  
8 g grasas, 5 g proteínas

## Así se programa:

Molde desarmable sobre la parrilla, altura 2

3D Aire caliente  
150 °C

Añición de vapor baja

15 minutos

3D Aire caliente  
150 °C

25-35 minutos

## Preparación:

- 1 | Cubrir la base del molde desarmable con papel de hornear. Descongelar un tercio de las frambuesas con 50 g de azúcar.
- 2 | Separar las yemas de las claras. Montar la clara de huevo a punto de nieve con 3 cucharadas de agua caliente. Ir añadiendo el azúcar poco a poco. Seguir batiendo la masa hasta que quede cremosa y brillante. Batir las yemas con un tenedor y mezclarlas con la masa de la clara de huevo. Mezclar la harina y la levadura en polvo, tamizar sobre la masa y remover brevemente. Rellenar el molde con la masa y hornear como se indica.
- 3 | Desmoldar el pastel terminado sobre una rejilla enfriatartas y retirar con cuidado el papel de hornear. Dejar enfriar el pastel por completo.
- 4 | Para la cobertura, filtrar las frambuesas descongeladas y azucaradas utilizando un colador. Montar la nata a punto de nieve. Remojar la gelatina, estrujar y disolverla. Mezclar el yogur con el azúcar restante y la mitad de la vaina de vainilla. Mezclar rápidamente la gelatina disuelta. Añadir la masa de frambuesa y mezclar con la nata.
- 5 | Cortar el pastel en dos capas y colocar la base de pastel en un plato para tartas. Colocar un anillo para tartas alto alrededor de la base del pastel. Extender la mitad de la crema de frambuesa y colocar el disco superior del pastel encima. Extender el resto de crema de frambuesa por encima.
- 6 | Distribuir las frambuesas congeladas restantes uniformemente sobre el pastel. Preparar el glaseado según las instrucciones del paquete, dejar enfriar brevemente y verter sobre las frambuesas.
- 7 | Refrigerar la tarta por lo menos 3-4 horas antes de cortar.

Síguenos en:



balay.es  
976 305 712



9001459316



gracias  
por elegirnos



Por un mundo más cómodo

© 2019 BSH Electrodomésticos España, S.A.  
Parque Empresarial PLAZA. Ronda del Canal Imperial, 18-20  
50197 Zaragoza