



Knorr
PROFESSIONAL



**Aducem tehnologia
în bucătărie cu bulioanele
de calitate de la Knorr
Professional!**

**Experimentează
noi rețete pline de gust**

Pentru mai multe rețete și inspirație intră pe [UFS.COM](https://www.ufs.com)



**Unilever
Food
Solutions**



O nouă generație de produse Knorr Professional

La Knorr, ne adaptăm la noile tendințe de mai bine de 180 de ani. Am fost, suntem și vom fi punctul de sprijin pentru multe, multe generații noi de bucătari care s-au bazat pe experiența noastră pentru a-și construi afacerea și meniul.

Suntem conștienți că lumea gastronomiei și a restaurantelor s-a schimbat, așa cum s-a întâmplat întotdeauna... Noi tehnici, ingrediente, puncte de vedere, noi teritorii de explorat, noi cunoștințe de împărtășit... Pe scurt: nu v-ați putea imagina moduri noi de a găti fără un nou produs Knorr Professional.

Robert Voicu, Executive Chef
Unilever Food Solutions





thermomix

Într-o lume aflată în continuă schimbare, obiectivul nostru este să susținem inovațiile care ușurează munca de zi cu zi a bucătarilor profesioniști.

Învățăm să ne adaptăm la noile tehnologii și să găsim în permanență noi metode de gătit a preparatelor pentru a menține la cele mai înalte standarde calitatea produselor și serviciilor oferite de tine. Automatizarea proceselor din bucătărie precum pasarea, frământarea, gătirea lentă la temperaturi înalte, îți permit să realizezi și mai multe preparate impecabile într-un timp mai scurt, cu mai puțin efort.

Soluția pe care o propunem pentru o bucătărie bine organizată este robotul multifuncțional Thermomix TM6, care înlocuiește funcțiile a peste 20 de aparate de bucătărie. Adu-l în locația ta HoReCa pentru a putea petrece mai mult timp experimentând noi rețete, pline de gust și creativitate!





Ajutorul de nădejde din bucătăria locației tale

Thermomix este un robot multifuncțional cu moduri de sous-vide, fermentare, gătire lentă și temperatură înaltă, potrivit bucătarilor profesioniști. Poți realiza supe, sosuri, piureuri și budinci cu texturi perfecte, îngroșate exact cât trebuie, iar preparatele pe bază de carne gătite prin tehnica sous-vide vor fi mereu fragede și pline de savoare. Lasă-ți creativitatea să pună stăpânire peste bucătăria ta și simte-te inspirat de rețetele pe care noi le-am ales pentru tine!



SUPĂ CREMĂ DE CONOPIDĂ ȘI PUI



Ingrediente

800g	conopidă, tăiată în buchete (aprox. 3 cm)
600g	apă
30g	Knorr Bulion lichid de pui
1/2 linguriță	piper negru măcinat
800g	conopidă, tăiată în buchete (aprox. 3 cm)
1/2 linguriță	Knorr Condimente pentru pui
30g	unt (opțional)



Preparare

- 1** Pune conopida în bolul de mixare și toacă 6 sec/viteza 4.
- 2** Adaugă apa, **Knorr Bulion lichid de pui** și piper.
Pune vasul Varoma pe poziție și așează în el cuburile de piept de pui.
Presară carnea cu mixul de condimente pentru pui și amestecă cu spatula pentru a se omogeniza.
Închide vasul Varoma cu capacul și gătește 15 min/Varoma/viteza 2.
- 3** Ia vasul Varoma și amestecă puiul cu spatula pentru a verifica dacă este gătit. Adaugă unt (opțional) în bolul de mixare.
Pune vasul Varoma pe poziție, închide cu capacul și gătește 15 min/Varoma/viteza 2 sau până bucățile de carne devin fragede și gătite. Ia vasul Varoma.
- 4** Pune capacul de măsurare. Mixează 1 min/viteza 4-9, crește viteza gradual de la viteza 4 la viteza 9.
Transferă supa într-o supieră și acoperă pentru a se menține caldă.
- 5** Adaugă carnea de pui gătită în bolul de mixare și taie fâșii 4 sec/viteza 4. Se servește supa în bol cu fâșii de pui deasupra.
- 6** Într-o bucătărie profesională pentru cantități mai mari, se gătește supa într-o oală mare, carnea se pregătește în brasieră sau cuptor, apoi se pregătesc în bolul de mixare Thermomix, de mai multe ori (dacă cantitatea de lichid și carne este mai mare), doar punctele 1, 4 și 5.

SUPĂ CREMĂ DE DOVLEAC, GHIMBIR ȘI CURRY



Ingrediente

120g	ceapă, bucăți
2 linguri	pudră de curry
30g	ulei de măsline extravirgin
15g	ghimbir mărunțit
600g	dovleac, descojit, tăiat bucăți (aprox. 2,5 cm)
1/2 linguriță	sare, după gust
20g	Knorr Bulion lichid de legume
700g	apă
	semințe de dovleac, prăjite, pentru servire
	boabe de rodie, pentru servire
	smântână maturată, 30% grăsime, pentru servire

Preparare

- 1** Pune ceapa, pudra de curry, uleiul de măsline și ghimbirul în bolul de mixare și mărunțește 3 sec/viteza 5.
Curăță pereții bolului cu spatula și, fără paharul de măsurare, gătește 8 min/120°C/viteza 1.
- 2** Adăugă dovleacul și sarea, introdu paharul de măsurare și mărunțește 5 sec/viteza 5.
Adăugă apa, **Knorr Bulion lichid de legume** și, fără paharul de măsurare, gătește 30 min/100°C/viteza 1.
- 3** Introdu paharul de măsurare și mixează 1 min/viteza 10 (vezi recomandări).
Servește cu semințe de dovleac prăjite, boabe de rodie și smântână.



Recomandări & Sfaturi utile

Dacă folosești modelul TM6™, pasează supa folosind funcția pasare timp de 1 min.

RULADĂ MUSCHI DE VITĂ CU HRIBI, PARMEZAN ȘI SOS DE VIN



Ingrediente

Umplutură cu hribi și parmezan

25g	hribi, uscați
250g	apă fierbinte
80g	parmezan, tăiat în cuburi (2 cm)
80g	pâine, tăiată în cuburi
3 crenguțe	pătrunjel verde, doar frunzele
2 crenguțe	rozmarin, doar frunzele
70g	ceapă șalotă, tăiată pe jumătate
20g	unt, tăiat cuburi
2 căței	usturoi
1/2 linguriță	sare fină, plus extra pentru aseasonare
1g	pipernegru măcinat, plus extra pentru aseasonare

Mușchi de vită

1,2kg	mușchi de vită
2 linguri	ulei de măsline, plus extra pentru uns
1 lingură	unt

Sos de vin roșu

150g	vin roșu
150g	gem de coacaze roșii
1/2 lingură	Knorr Bulion de vită
1 lingură	Knorr Rântaș alb



Preparare

Pentru umplutură

- 1 Pune într-un bol ciupercile uscate și apa clocotită, ține 5 minute să se hidrateze, ține lichidul obținut pentru pregătirea sosului de vin roșu.
- 2 Adaugă în bolul de mixare bucățile de parmezan, pâinea, frunzele de pătrunjel și rozmarin, și mărunțește 10 sec/viteza 10.
- 3 Transferă amestecul într-un bol mare și ține pentru pregătirea umpluturii.
- 3 Adaugă în bolul de mixare hribii hidratați, ciupercile Champignon butoni, ceapa șalotă, untul, sarea și pipernegru măcinat, și toacă 5 sec/viteza 5.
- Curăță pereții bolului cu ajutorul spatulei, apoi sotează 5 min/120°C/viteza 1.
- Pune deasupra capacului bolului de mixare coșul de înăbușire pentru protecție. Transferă amestecul în bolul în care ai pus și amestecul cu parmezan. Amestecă bine cu ajutorul spatulei.
- Asezonează cu sare și pipernegru măcinat. Întinde compoziția pe o tavă de cuptor pentru a se răci. Între timp, spală bolul de mixare pentru a pregăti mușchiul de vită.

Pentru ruladă

- 1 Preîncălzește cuptorul la 180°C.
- 2 Folosește un cuțit ascuțit, desfă mușchiul de vită până obții un dreptunghi de aprox. 20 cm x 30 cm. Asezonează cu ulei de măsline pe ambele părți și apoi întinde umplutura pe partea de sus. Rulează strâns mușchiul de vită și leagă-l pe lungime cu sfoară alimentară.
- 3 Într-o tigaie non aderentă, încinge uleiul de măsline și untul. Prăjește rulada de vită pe toate părțile, până capătă o culoare maronie (aprox. 5 minute).
- 4 Introdu rulada în cuptor și coace pentru 20-35 min (180°C). Te poți ajuta și de un termometru. Acesta trebuie să indice în interiorul cărnii 55-57°C (medium rare) sau 60-63°C (medium).
- 5 Când este gata, scoate rulada pe un tocător, acoperă cu hârtie de copt și folie de aluminiu alimentară și lasă la odihnă aproximativ 15 minute sau până când termometrul introdus în carne măsoară 63-70°C (medium rare or medium). Între timp, pregătește sosul.

Pentru sos

- 1 Adaugă vin roșu, gem de coacaze roșii, lichidul rămas de la hidratarea hribilor, **Knorr Bulion de vită** în bolul de mixare și fierbe 10-15 min/120°C/viteza 1.
- 2 Adaugă Knorr Rântaș alb pentru a obține consistența dorită. Pune coșul de înăbușire deasupra capacului bolului de mixare pentru protecție.
- 2 După odihnă, taie rulada în felii de 1,5-2 cm grosime și servește cu sos de vin roșu.

SUPĂ PICANTĂ DE CARTOFI DULCI, NĂUT ȘI VARZĂ KALE



Ingrediente

40g	1 ceapă șalotă, tăiată jumătăți
40g	ulei de măsline
3 lingurițe	pastă de curry roșu
1 cățel	usturoi
400g	cartofi dulci, curățați și tăiați cuburi (aprox. 3 cm)
15g	Knorr Bulion lichid de legume
80g	unt de arahide
400g	lapte de cocos
2 linguri	sos de soia
1 linguriță	sare
250g	năut, din conservă, scurs prin coșul de înăbușire
250g	varză kale, tăiată bucăți (aprox. 5 mm)
	semințe de susan, pentru servire
1	limetă, feliată (cca. 2 mm)

Preparare

- 1 Pune în bol 1 ceapă șalotă și toacă 3 sec/viteza 7.
Curăță pereții bolului cu spatula.
- 2 Adăugă 10 g ulei de măsline și pasta de curry roșu.
Sotează 4 min/120°C/viteza 1, transferă într-un castron și pune deoparte.
- 3 Pune în bol restul de 30 g ulei de măsline, 1 cățel de usturoi și cartofii dulci și rumeniți la o temperatură ridicată .
- 4 Adăugă **Knorr Bulion lichid de legume**, untul de arahide, laptele de cocos, sosul de soia, sarea, năutul scurs și pasta de curry pusă deoparte, și gătește 10 min/100°C/ /viteza .
- 5 Adăugă în bol varza kale, apoi gătește 5 min/100°C/ /viteza 1. Repartizează supa în 6 castroane.
- 6 Servește imediat, garnisită cu semințe de susan și felii de limetă.



SUPĂ UNGUREASCĂ DE CIUPERCI



Ingrediente

- 10g mărar proaspăt, doar frunzele
- 200g ceapă, tăiată jumătăți
- 40g unt, tăiat bucăți
- 500g ciuperci proaspete, în amestec (de ex. hribi, gălbiori) sau champinion, tăiate felii
- 2 lingurițe boia de ardei, dulce
- 2 lingură boia afumată
- 2 linguriță făină (opțional)
- 50-70g vin alb
- 600g apă
- 300g lapte
- 1 linguriță turmeric uscat, măcinat
- 20g Knorr Bulion lichid de legume**
- 1.5 linguriță mărar mărunțit, uscat
- 1 lingură Knorr Pasta de tomate
- 15-20g zeamă de lămâie, proaspăt stoarsă
- 0.5 linguriță sare
- 0.5 linguriță piper negru măcinat
- smântână fermentată, de orice tip, pentru servit
- lămâie, tăiată felii, pentru decor

Preparare

- 1** Pune în bol mărarul și toacă 3 sec/viteza 7. Transferă într-un castron și păstrează-l deoparte.
- 2** Pune în bol ceapa și toacă 3 sec/viteza 5. Curăță pereții bolului cu spatula.
- 3** Adăugă untul și sotează 3 min/120°C/viteza 1.
- 4** Adăugă ciupercile, boiaua dulce, boiaua afumată, făina, și sotează 4 min/120°C/ /viteza 1.
- 5** Adăugă vinul și, fără paharul de măsurare, sotează 3 min/120°C/ /viteza 0.5.
- 6** Adăugă apa, laptele, turmericul, **Knorr Bulion lichid de legume**, mărarul uscat, pasta de roșii, zeama de lămâie, sarea și piperul. Gătește 15 min./100°C/ /viteza 1.
- 7** Presară deasupra mărar proaspăt tocat și servește cu smântână și felii de lămâie.





ARDEI UMLUȚI CU CARNE TOCATĂ ȘI SOS TOMAT



Ingrediente

120g	brânză cheddar, tăiată cuburi
60g	parmezan, tăiat cuburi
30g	miez de nucă, tăiat pe jumătate
2	caței de usturoi
15g	ulei de avocado
150g	ceapă, tăiată sferturi
150g	zucchini, tăiat în cuburi (1.5 cm)
1 lingură	pastă de tomate
1/2 linguriță	cimbru uscat
1/2 linguriță	boia de ardei afumată
1/2 linguriță	chimion măcinat
1/2 linguriță	pipercayenne
60g	Knorr Bulion lichid de pui
1 linguriță	sare
1	praf de piper negru măcinat
6buc	ardei gras
340g	carne tocată de vită
340g	carne tocată de porc
1	ou
800g	Knorr Tomato Pronto Sos Napoletana



Preparare

- 1 Preîncălzește cuptorul la 175°C.
- 2 Adaugă brânza cheddar și parmezanul în bolul de mixare și rade 7 sec/viteza 7. Transferă într-un alt bol amestecul.
- 3 Adaugă mizeul de nuca în bolul de mixare și toacă 3 sec/viteza 4.5. Transferă într-un bol.
- 4 Adaugă caței de usturoi în bolul de mixare și toacă 5 sec/viteza 10. Curăță pereții bolului cu spatula.
- 5 Adaugă uleiul de avocado, ceapa, pasta de tomate, cimbru, boia de ardei afumată, chimion măcinat, piperul cayenne, **Knorr Bulion lichid de pui**, sare și piper negru măcinat, și toacă 3 sec/viteza 5. Sotează 8 min/120°C/viteza, fără capacul de măsurare pe capac. Între timp, pregătește ardeii grași, taie capacul, curăță de semințe, pune deoparte.
- 6 Transferă amestecul gătit într-un bol mare, adaugă carnea tocată de vită și de porc, miezul de nucă tocat, oul, și amestecă bine cu ajutorul spatulei pentru a se omogeniza.
- 7 Umple ardeii cu amestecul de carne și așează pe un vas termorezistent sau o tava GN ½ adâncă. Toarnă Knorr Sos Napoletana peste ardeii și în tava în care se coc. Acoperă ardeii cu hârtie de copt, apoi cu folie de aluminiu alimentară. Coace aproximativ 1 ora și 20 de minute la o temperatură de 180°C. Scoate hârtia de copt și folia de aluminiu, presară mixul de brânză pregătit peste ardei și coace încă 25-30 de minute la o temperatură de 180°C sau până când brânza se gratinează deasupra.
- 8 Scoate tava și lasă la temperatură aproximativ 10-15 minute înainte de a servi. Servește ardeii cu sos de roșii Napoletana și 1-2 linguri de iaurt.

CREMĂ DE AVOCADO ȘI CITRICE CU CARNE DE CRAB



Ingrediente

500g	avocado, fără sâmbure și coajă (aprox. 350 g pulpă)
5g	Knorr Bulion lichid de legume
80g	cremă de brânză
1	lime, suc și coajă rasă
200g	apă, plus extra sare fulgi, pentru aseasonare
70g	țelină apio, tăiată în cuburi mici (5 mm), păstrează frunzele pentru ornare
1	pastă de tomate
100g	castravete, descojit și fără sâmburi, tăiat în cuburi mici (5 mm)
120g	carne de crab, fiartă și răcită piper negru proaspăt măcinat, pentru aseasonare

Preparare

- 1 Adaugă în bolul de mixare pulpa de avocado, **Knorr Bulion lichid de legume**, crema de brânză, coaja și sucul de lime, apa, și mixează 20 sec/viteza 8.
- 2 Amestecul trebuie să aibă o textură cremoasă și destul de consistentă, dacă este necesar, mixează 30 de sec/viteza 4, adaugă puțină apă rece pentru a obține consistența dorită.
- 3 Adaugă sare și mixează 10 sec/viteza 3.
- 4 Împarte crema de avocado în 8 boluri mici. Presară deasupra cuburi de țelină și castravete, și carne de crab. Ornează cu frunze de țelină apio și piper negru proaspăt măcinat.





TERINĂ DE PUI FIERT ÎN ȘAMPANIE



Ingrediente

500g	pulpe de pui fără piele, tăiate în cuburi (3 cm)
230g	piept de pui fără piele, tăiat în cuburi (3 cm)
150g	vin alb spumant
15g	Knorr Bulion lichid de pui
350g	apă
3	crenguțe cimbrisor
1.5kg	apă
150g	frunze spanac baby
1	cațel usturoi
100g	ceapă șalotă
2 crenguțe	tarhon proaspăt, doar frunzele (opțional)
2 crenguțe	de pătrunjel, doar frunzele
50g	unt, taiat cuburi (2 cm), plus extra pentru uns
50g	fistic, curățat
70g	muguri de pin
100g	frișcă lichidă
	sare și piper negru măcinat, pentru aseasonare

Salată de pere condimentate

150g	pere, descojite, curățate și tăiate cuburi (2 cm)
150g	zahăr
150g	oțet din cidru de mere
1buc	anason stelat
1	foaie de dafin
1buc	scorțișoară
2	cuișoare
5	boabe de piper negru



Preparare

Pentru terina de pui

- Pune fluturile de amestecare pe cuțit.** Adaugă în bolul de mixare pulpele de pui, pieptul de pui, vinul spumant, **Knorr Bulion lichid de pui**, 350 g apă, 1 crenguță de cimbru. Amestecă și gătește 12 min/90°C/viteza 1. **Scoate fluturile de amestecare.**
- Transferă carnea de pui și supa într-un bol, și lasă-le să se răcească.
- Adaugă 500 g de apă în bolul de mixare. Pune vasul Varoma pe poziție, adaugă frunzele de baby spanac, închide vasul cu capacul și fierbe la abur 10 min/Varoma/viteza 2. Trece spanacul prin jet de apă rece, apoi, stoarce pentru a elimina apa. Taie spanacul în fâșii, și ține deoparte. Spală bolul de mixare și fluturile de amestecare.
- Adaugă în bolul de mixare usturoi, ceapă șalotă, restul de cimbru (doar frunzele), tarhon (opțional), pătrunjel și toacă 1 sec/viteza 7. Curăță pereții bolului cu spatula.
- Adaugă unt și gătește 5 min/Varoma/viteza 4.
- Scurge carnea de pui răcită, adaug-o în bolul de mixare, fistic, muguri de pin, frișcă lichidă, sare și piper, și mixează 5 sec/viteza 4.
- Unge o formă mică de terină cu ulei (aprox. 22 x 10 x 7 cm – asigură-te că forma intră în vasul Varoma și se poate închide cu capacul), tapetează cu folie de prospețime, asigură-te că folia de prospețime depășește pereții formei cu 15 cm. Tapetează din nou cu hârtie de copt, capetele să depășească marginile formei pentru a putea închide terina. Tapetează cu felii de prosciutto pe lungimea formei de terină, capetele să depășească pereții.
- Adaugă jumătate din amestecul de carne peste feliile de prosciutto și apasă pentru a forma un prim strat. Pune deasupra, pe mijlocul terinei baby spanac, să rămână 1 cm până la margine. Adaugă deasupra restul de amestec de carne, închide terina cu capetele de felii de prosciutto. Presează pentru a ieși aerul.
- Folosește folia de prospețime. Scoate din formă terina, închide hârtia de copt, apoi închide strâns și folia de prospețime. Rulează-o apoi strâns în folie de prospețime și așază în forma de terină.
- Adaugă restul de 1000 g apă în bolul de mixare. Pune vasul Varoma pe poziție, pune în vas forma de terină, închide cu capacul vasul Varoma și fierbe la abur 40 min/Varoma/viteza 1. Scoate terina din vasul Varoma și lasă să se răcească complet. Curăță, spală și usucă bolul de mixare.

Pentru salata de pere condimentate

- Pune fluturile de amestecare pe cuțit.** Adaugă în bolul de mixare ingredientele pentru perele condimentate și fierbe 10 min/100°C/viteza 4. Scoate fluturile de amestecare. Transferă într-un bol pentru a se răci. Când s-a răcit, strecoară perele într-o strecuratoare mare.
- Taie terina în felii generoase și servește cu salata de pere condimentate.

BISQUE DE FRUCTE DE MARE



Ingrediente

12	creveți nedecorticați Black Tiger, curățați și lăsată coada
20g	ulei de arahide
10g	ulei de susan
1	chili roșu, cuățat de semințe și tăiat pe jumătate
3	căței de usturoi
5	fire de ceapă verde/ceapă șalotă, curățată și tăiat în bucăți
100g	morcovi, tăiați în cuburi
100g	țelină apio (aprox. 2 tije), tăiată în cuburi
50g	ghimbir, curățat
2 tije	lemongrass, curățate și folosită doar partea alba, tăiată în bucăți
30g	pastă de tomate
4	frunze de roiniță (poți folosi și ceai)
3	frunze de kaffir lime
12 crenguțe	coriandru proaspăt, doar rădăcinile (aprox. 25 g) și frunzele puse deoparte
15g	frunze de busuioc proaspete
35g	Knorr Bulion lichid de pește
1kg	apă
25g	sos de pește
50g	zahăr de palmier
270g	cremă de cocos
1 lingură	făină de mălai
2 linguri	apă
4	midii proaspete, pe jumătate de cochilie



Preparare

- 1 Scoate capul creveților și ține deoparte. Curăță bine creveții și păstrează cochiliile. Păstrează coada creveților intactă.
- 2 Introdu în bolul de mixare capetele și cochiliile creveților, uleiurile, chili, usturoi și sotează 15 min/100°C/viteza 1.
- 3 Adaugă ceapa verde/ceapa șalotă, morcovi, țelină, ghimbir și lemongrass, apoi toacă 20 sec/viteza 7, apoi sotează 5 min/100°C/viteza 2.
- 4 Adaugă pasta de tomate, frunzele de roiniță, frunzele de kaffir lime, rădăcinile de coriandru, busuioc, **Knorr Bulion lichid de pește**, apă, sos de pește, zahăr de palmier, și cremă de cocos, apoi fierbe 18 min/100°C/viteza 1.
- 5 Într-un bol mic amestecă făina de mălai cu 2 linguri de apă până obții o pastă omogenă. Adaugă în bolul de mixare și amestecă cu spatula.
- 6 Pune vasul Varoma pe poziție, așează pe vas creveții pregătiți. Pune deasupra celălalt vas Varoma și așează midii pe jumătate de cochilie. Închide vasul Varoma cu capacul și fierbe la abur 4 min/Varoma/viteza 2. Ia vasul Varoma de pe capacul bolului de mixare și ține deoparte.
- 7 Pune capacul de măsurare, și mixează 40 sec/viteza 4-8, crește viteza gradual de la viteza 4 la viteza 8.
- 8 Strecoară bisque-ul printr-o sită fină. Împarte câte 3 creveți și o midie pentru fiecare bol, toarnă bisque-ul împrejurul fructelor de mare și presară deasupra frunze de coriandru verde.

SOUFLEE DE BRÂNZĂ COPT DE DOUĂ ORI ȘI SOS DE SPARANGHEL



Ingrediente

Soufflé

- 100g parmezan, tăiat în bucăți (3 cm)
- 10g pesmet panko
- 15g alune de pădure, fără coajă și prăjit
- 60g unt
- 90g făină
- 340g lapte
- 4 ouă, la temperatura camerei
- 2 cimbru proaspăt, doar frunzele
- 20g boabe de muștar
- 20g Knorr Worcester
- 50g brânză de capră
- 1 praf de nucșoară rasă
- sare și piper negru măcinat, pentru aseasonare

Sos de sparanghel

- 30g unt
- 1 ceapă șalotă, tăiată în sferturi
- 80g praz, tăiat în bucăți
- 250g apă

5g Knorr Bulion lichid de pui

- 2 legături de sparanghel, doar tulpina, curățat și tăiat în bucăți
- apă cu gheață, pentru răcire
- 200g frișcă lichidă
- 20g spanac baby
- alune de pădure, fără coajă, prăjite și tocate, pentru servire



Preparare

Pentru soufflé

- 1 Adaugă în bolul de mixare bucățile de parmezan și rade 10 sec/viteza 7. Transferă într-un bol și ține deoparte.
- 2 Adaugă în bolul de mixare pesmetul panko și alunele de pădure, și macină 4 sec/viteza 7. Transferă într-un bol separat și ține deoparte.
- 3 Adaugă untul în bolul de mixare și topește 1 min/80°C/viteza 1. Unge cu untul topit 6 vase ramekin (7 cm). Tapetează fiecare vas ramekin cu amestecul de panko și alune de pădure. Înfășoară fiecare vas ramekin cu prosop de hârtie. Așează ramekinele pe o tavă de copt (30 x 40 cm) și ține deoparte.
- 4 Adaugă făină, lapte, gălbenușuri de ou, cimbru, boabe de muștar și sosul Worcester în bolul de mixare și îngroașă 1/80°C.
- 5 Adaugă brânza de capră, nucșoară, sare, piper și 75 g din parmezanul ras, și mixează 30 sec/viteza 3. Transferă într-un bol separat, acoperă cu folie de prospețime pentru a preveni să facă crustă aluatul și lasă să se răcească complet (aprox. 30 min). Curăță și usucă bolul de mixare.
- 6 Preîncălzește cuptorul la temperatura de 200°C.
- 7 Pune fluturile de amestecare pe cuțit. Adaugă albușurile de ou în bolul de mixare și mixează 1 min 30 sec/viteza 4 sau până își menține forma. Scoate fluturile de amestecare.
- 8 Încorporează albușul bătut la baza de soufflé pregătită. Aluatul trebuie să fie ușor și aerat, fără puncte vizibile de albuș de ou. Montează egal, în fiecare ramekin, aluatul pregătit.
- 9 Coace pentru 15 min (200°C), apoi întoarce tava în cuptor și coace pentru încă 10 min (200°C). Scoate tava din cuptor și lasă să se răcească. Tapetează o tavă (30 x 40 cm) cu hârtie de copt. Scoate souffleurile pregătite pe tava tapetată cu hârtie de copt. Ține deoparte, pentru servire.

Pentru sosul de sparanghel

- 1 Adaugă în bolul de mixare 15 g de unt, ceapă șalotă, prazul și sotează 5 min/120°C/viteza 1.
- 2 Adaugă apă, Knorr Bulion lichid de pui și bucățile de sparanghel. Pune vasul Varoma pe poziție și așază vârfurile de sparanghel în tavă. Pune capacul la vasul Varoma și fierbe 10 min/Varoma/viteza 1.
- 3 Ia vasul Varoma și transferă vârfurile de sparanghel într-un vas cu apă și gheață, pentru a opri gătitul. Scurge și ține deoparte.
- 4 Adaugă frișcă lichidă în bolul de mixare și fierbe 5 min/80°C/viteza 2, fără capacul de măsurare.
- 5 Adaugă spanacul și mixează 1 min, apoi strecoară printr-o sită fină. Curăță bolul de mixare.
- 6 Adaugă în bolul de mixare sosul strecurat, adaugă untul rămas și mixează 10 sec/viteza 4, până se îngroașă. Așază vârfurile de sparanghel gătite la abur în boluri încălzite, toarnă peste sos și acoperă pentru a se menține cald.
- 7 Pentru a reîncălzi soufflé-ul preîncălzești cuptorul la 200°C.
- 8 Presară peste soufflé-uri parmezanul rămas și coace în cuptor pentru 5-6 min (200°C). Transferă soufflé-urile în bolurile de servire, adaugă sosul de servire și presară cu alune de pădure tocate. Servește fierbinte.