

# Recetario

## Better Pot

22365



Betterware®

Ver otras recetas AQUÍ 



# Sopa de Lentejas



## Ingredientes

- 1 taza de lentejas lavadas
- 100 gr de tocino picado
- 2 zanahorias picadas finamente
- ¼ de cebolla blanca picada finamente
- 1 cucharada de aceite
- 2 jitomates saladet
- 1 diente de ajo
- ½ taza de pure de tomate
- 1 L de agua
- 1 cucharada de caldo de pollo en polvo
- 2 cucharadas de sal
- Cilantro

## Preparación

1. Licuar los jitomates, el ajo, el puré de tomate, agua, caldo de pollo en polvo y sal.
2. Oprimir el botón de  con la tapa abierta para saltear y agregar a la Better Pot el tocino con una cucharada de aceite, dejar freír hasta que saque toda la grasa.
3. Después agregar la cebolla y la zanahoria, saltear por 2 min y agregar las lentejas.
4. Agregar lo licuado a la Better Pot, revolver un poco para que se integren los ingredientes, cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada.
5. Presionar el botón de  y programar 15 min manualmente.
6. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente.
7. Servir con unas hojas de cilantro.





# Carne en su Jugo



## Ingredientes

- 1 kg de carne de res picada
- 250 gramos de tocino
- 1 manojo de cebollitas de cambray
- ½ kg de tomate verde
- 1 manojo de cilantro
- 2 chiles serranos
- 1 diente de ajo
- 1 cebolla blanca
- 6 tazas de agua
- Sal
- Pimienta
- Frijoles de la olla

## Preparación

1. Oprimir el botón de  con la tapa abierta, agregar el tocino a la olla de cocción y freír hasta quedar crujiente. Sacarlo y apartar.
2. En la misma grasa, freír un poco las cebollitas de cambray sin rabo, después agregar la carne y mover con una pala de madera hasta que cambie de color.
3. Licuar el tomate, cilantro, los chiles, ajo, ¼ de la cebolla blanca y sal con las tazas de agua.
4. Agregar lo licuado a la carne. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Oprimir el botón de  y programar 30 min manualmente.
5. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente.
6. Se sirve con frijoles de la olla, cebolla y cilantro picado, limones y aguacate.


# Puré de Papa



## Ingredientes

- 4 papas medianas
- 1 L de agua
- 2 cucharadas de sal
- ½ barra de mantequilla
- ½ taza de leche
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto

## Preparación

1. Pelar las papas y partir por mitad.
2. Acomodar las papas a la Better Pot y taparlas con agua con sal. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada.
3. Oprimir el botón de  y programar 10 min manualmente.
4. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente y quitar el agua de la olla.
5. Con un machacador de papa o frijoles aplastar las papas, agregar poco a poco la mantequilla y la leche hasta que quede integrado. Rectificar sazón con sal y pimienta.

\*Ideal para acompañar cualquier tipo de platillos con carne, pescado o pollo.





# Cochinita Pibil



## Ingredientes

- 1 kg de carne de cerdo en trozos
- 1 barrita de achiote
- 2 dientes de ajo
- 1 pizca de comino
- ½ cucharada de oregano seco
- ½ cucharada de canela molida
- 1 cucharada de pimienta
- ½ taza jugo de naranja
- ¼ de taza de vinagre
- ½ taza de agua
- 2 cucharadas de sal
- Cebolla morada
- Limón

## Preparación

1. Agregar la carne en la Better Pot.
2. Licuar el achiote, los ajos, las especias, el jugo de naranja, vinagre, agua y sal, hasta que el achiote se desbarate por completo.
3. Agregar lo licuado a la Better Pot con la carne y revolver. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Presionar el botón de  y programar 45 min manualmente.
4. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente y quitar el agua de la olla.
5. Desmenuzar la carne y regresarla al caldo.
6. Cerrar la tapa y presionar el botón de  y programarlo a 15 min manualmente. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente.
7. Servir con cebolla morada desflemada con limón y sal.






# Pozolillo Verde



## Ingredientes

- 1 ½ tazas de granos de elote
- 1 ½ kg de pollo (muslos con hueso)
- 400 gr de tomate verde
- 1 chile poblano
- 1 manojo de cilantro
- 1 diente de ajo
- 1 L de agua
- 2 cucharadas de sal
- Cebolla
- Lechuga romana picada
- Rábano
- Aguacate
- Sal al gusto

## Preparación

1. Licuar los tomates, el chile, cilantro, ajo con el litro de agua y sal. Colar y verter en la Better Pot.
2. Agregar el pollo y los granos de elote.
3. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Presionar el botón de  y programar 30 min manualmente.
4. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente.
5. Sacar el pollo y desmenuzarlo para después regresarlo a la olla de cocción.
6. Se recomienda servirlo con rábanos en rebanadas delgadas, cebolla, lechuga y aguacate picados.


# Arroz Blanco



## Ingredientes

- 1 taza de arroz blanco
- 2 ¼ tazas de caldo de pollo o de vegetales
- 3 cucharadas de aceite vegetal
- Sal al gusto (opcional)
- Chícharos o elotes amarillos

## Preparación

1. Presionar cualquier botón con la tapa abierta, agregar el aceite. Con el aceite caliente, agregar el arroz previamente lavado y escurrido. Revolver con una pala de madera para que el arroz se dore hasta que cambie de color.
2. Agregar el caldo de pollo o de vegetales con un pizca de sal.
3. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Presionar el botón en la función de  y programar 10 min manualmente.
4. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente. Abrir la tapa. Con un tenedor esponjar el arroz.

\*Se le puede agregar elotes o chícharos.


# Pastel de Chocolate



## Ingredientes

- $\frac{3}{4}$  taza de harina
- $\frac{1}{2}$  taza de cocoa en polvo
- $\frac{1}{2}$  taza de azúcar
- $\frac{3}{4}$  cucharada de polvo para hornear
- $\frac{3}{4}$  cucharada bicarbonato de sodio
- 1 cucharada de vainilla
- 1 cucharadita de sal
- $\frac{1}{2}$  taza de mantequilla derretida
- $\frac{1}{2}$  taza de leche
- 3 huevos
- Azúcar glass

## Preparación

1. Engrasar muy bien la Better Pot con mucha mantequilla y harina.
2. En un recipiente mezclar los ingredientes secos: harina, cocoa, bicarbonato de sodio, polvo para hornear, azúcar y sal.
3. Agregar la mantequilla derretida, leche, vainilla, huevos y mezclar bien con una espátula.
4. Añadir la mezcla a la Better Pot.
5. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Presionar el botón en la función de  y programar 40 min manualmente. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente.
6. Sacar la olla de cocción y dejar enfriar con un paño como tapa.
7. Voltear en un platón cuando este frío. Espolvorear con azúcar glass o con el betún de tu preferencia.







# Frijoles Charros



## Ingredientes

- 400 gr de frijoles pintos
- 1 cebolla blanca en cubos medianos
- 1 chile jalapeño picado sin semillas
- 1 diente de ajo picado
- 2 jitomates
- 250 gr de tocino picado
- 300 gr de chorizo para freír
- 1 ½ litro de caldo de res o agua con dos cubos de consomé de costilla de res.
- Aceite
- Sal al gusto
- Cilantro al gusto

## Preparación

1. Remojar los frijoles de 8 a 12 hr. Escurrir el agua.
2. En la Better Pot presionar el botón de  con la tapa abierta para saltear el tocino con un poco de aceite, dejarlo hasta que esté dorado y apartar. Freír el chorizo y apartar. Con la misma grasa y una cucharada de aceite, saltear la cebolla y el chile jalapeño picado. Cuando la cebolla tome un color traslucido agregar el ajo picado, los jitomates picados y dejar coser de 2 a 3 min. Mezcla con una pala de madera para que no quede nada pegado. Regresar el tocino y el chorizo a la olla.
3. Agregar los frijoles y el caldo o consome de costilla de res y sal. Es importante no llenar la Better Pot más de  $\frac{3}{4}$  de su capacidad total.
4. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Presionar el botón en la función de  y programar 25 min manualmente.
5. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente. Prueba los frijoles y rectifica el sazón.




# Pescado Caprese



## Ingredientes

- 2 lonjas de pescado
- 10 jitomates cherrys
- 1 cucharada de aceite de olivo
- Mantequilla
- Sal con ajo
- Albahaca seca
- Pimienta
- Papel aluminio

## Preparación

1. Lavar y partir por mitad los jitomates cherry.
2. En un pedazo de papel aluminio acomodar una lonja de pescado blanco. Agregar 2 cuadritos de mantequilla, un chorrillo de aceite de olivo, sal con ajo, pimienta y una pizca de albahaca seca y los jitomates cherry. Cerrar el papel aluminio y acomodar dentro de la Better Pot.
3. Cerrar la tapa y sellar con la válvula cerrada. Presionar el botón en la función de .
4. Una vez finalizado el tiempo de cocción, dejar enfriar durante 10 min y liberar la presión de la válvula cuidadosamente.
5. Servir con arroz blanco y ensalada.