

 **BORA**

**SPEINLE  
WITZIG  
MANN  
LAFER  
SENN**

Cocina con  
estrella al  
horno de vapor

Recetas  
para el  
BORA X BO

**GRÄFE  
UND  
UNZER**

# Contenido

---

## **INTRODUCCIÓN**

- 7 Cuatro grandes chefs se reúnen junto al horno de vapor

## **COCINAR COMO CHEF**

- 11 ¡Calidad premiada! La cocina con chefs estrella de Alemania

## **COCINAR SUAVEMENTE**

- 14 Cocinar al vapor: Sabor completo
- 16 Cocinar al vapor: Cocinar al vapor y mucho más.
- 17 Vapor combinado: Aire caliente con vapor.
- 18 Método sous vide. Mantiene las propiedades.
- 20 El BORA X BO: Cara a cara con los mejores.
- 22 ¿Horno de vapor en lugar del X BO? ¡También funciona!
- 24 Ajustes y métodos de cocción

## **RECETAS**

- 28 JOHANN LAFER
- 30 Retrato: Johann Lafer: el arte de la cocina sencilla

96	ANDREAS SENN
98	Retrato: Andreas Senn: chef estrella, pero cercano
158	CORNELIUS SPEINLE
160	Cornelius Speille: el arte de la cocina que conecta
232	ECKART WITZIGMANN
234	Retrato: Eckart Witzigmann: el chef del siglo
296	Índice
306	Aviso legal

---

## INFORMACIÓN IMPORTANTE

### SOBRE EL GORRO DE COCINERO



Algunas recetas y sus pasos de preparación están marcados con el símbolo de un gorro de cocinero. Junto a esto, hay una leyenda con algunos de los muchos programas automáticos o especiales disponibles en el BORA X BO, que hacen que cocinar sea más fácil. En los programas automáticos, la temperatura de cocción y la humedad ideales están preconfiguradas para toda una serie de pasos de preparación. Los programas especiales como «Leudar masas» o «Secado» toman el control durante las recetas más largas, para que pueda dedicarse a otras cosas.

### PARA EL DÍA A DÍA

En los grandes restaurantes, la presentación en el plato es muy importante. Las fotografías que acompañan a las recetas lo corroboran. Sin embargo, en la vida cotidiana, sin un menú de 6 platos, es posible que haya un poco más en el plato, por lo que la mayoría de las recetas están calculadas para porciones más grandes.



# Cuatro grandes chefs se reúnen junto al horno de vapor...

---

Esto podría ser el comienzo de una muy buena historia... o de un libro de cocina extraordinario. En BORA, elegimos esta última opción. El resultado está en tus manos: todo un libro de recetas, elaborado por cuatro grandes maestros de la cocina. Una maravillosa fuente de inspiración y la prueba más interesante: se puede cocinar en casa al nivel de las estrellas. Con BORA, es más fácil.

Todo comenzó con una idea del fundador y CEO de BORA, Willi Bruckbauer: ¿Cómo pedir a los mejores chefs que desarrollen creaciones emocionantes para el nuevo horno de vapor BORA X BO? ¡Pero deben ser recetas que todo el mundo pueda cocinar en casa!». Dicho y hecho: Pudimos inspirar a cuatro de los grandes con la idea. Johann Lafer y Eckart Witzigmann, dos de los mejores chefs más conocidos, están reintroduciendo los clásicos de sus mejores años para el BORA X BO. Frente a ellos, «dos jóvenes salvajes» que ya se han ganado su estrella: Cornelius Speinle y Andreas Senn, cuyas ideas creativas forman un emocionante contraste con respecto a los clásicos.

Para nosotros, en BORA, era increíblemente inspirador a través de los ojos de los cuatro profesionales mientras cocinaban. Al mismo tiempo, nos pareció emocionante observar su manejo del BORA X BO. Y sí, lo admitimos abiertamente: ¡Nos llenan de felicidad los elogios de los mejores chefs para el horno Flex!

Pero ahora es su turno: En las páginas siguientes, dé un paseo por la alta cocina. Déjese inspirar por los maestros y cocine su comida de estrella en casa. Aunque no consiga un premio de la Guía Michelin, no dejará de recibir elogios de la gente que le rodea en su mesa.

Esperamos que disfrute leyendo, descubriendo y cocinando juntos.

# Cocinar al vapor

## Sabor completo

---

La cocción al vapor es una forma muy suave y saludable de cocinar. Dado que los alimentos no están directamente en el agua, el sabor y los ingredientes, como las vitaminas y los minerales, se conservan mejor, así como el color, la forma y la estructura. Puede prescindir de la grasa en el proceso de cocción, con el objetivo de cocinar de manera sana y consciente.

Durante la cocción al vapor, los alimentos se encuentran en un recipiente grande de acero inoxidable perforado y está rodeado de vapor de agua caliente. La temperatura de cocción es de hasta 100°. Con este método de preparación, las verduras mantienen su forma y brillan apetitosamente. Además, se potencia el aroma de los alimentos. Y puesto que nada se quema o se pasa al vapor, puede preparar el resto de la comida o estar con sus invitados.

### **Del agua al vapor**

Respecto a la cocción al vapor hay una regla sencilla: Todo lo que puede cocinarse en una olla también puede cocinarse al vapor, es decir, todo tipo de verduras, desde los espárragos hasta las espinacas, guarniciones como el arroz y las patatas, así como muchos tipos de pescado y carne. Para conseguir resultados perfectos, el horno de vapor debe estar siempre precalentado; o debe dejarse enfriar entre medias si se requieren temperaturas más bajas para el siguiente paso de preparación. Los tiempos de cocción suelen ser similares a los tiempos de cocción en la olla. Las verduras o la pasta que quiera reutilizar o recalentar más tarde al vapor es mejor cocinarlas primero «al dente».

### **Condimentar con cuidado**

Al cocinar en vapor de agua, la sal y las especias pueden utilizarse menos, ya que los sabores de los alimentos se mantienen mejor y, por lo tanto, no se requiere tanto condimento. Es mejor añadir especias y mantequilla solo después del proceso

de cocción. Para aromatizar los alimentos, también se pueden colocar verduras, especias y hierbas en un recipiente perforado sobre los alimentos: Los aromas disueltos en el vapor gotean luego sobre los alimentos y le dan un toque intensamente aromático.

### **Cocinar en varios niveles**

Con vapor caliente, se pueden cocinar diferentes platos a la vez en los tres niveles, ya que apenas se produce una transferencia de sabor no deseada. También es posible eliminar o añadir ingredientes o platos individuales de forma continua según su tiempo de cocción durante el proceso de cocción, por lo que todo alcanza el punto perfecto al final.

### **Para conservar**

Muchas verduras pueden conservarse maravillosamente congeladas si se escaldan primero. Para ello, escaldar las verduras unos minutos a 100° / 100% de humedad y, a continuación, cortar la cocción en agua helada. Después de escurrirlas, puede llenar recipientes en porciones y almacenarlo todo en el congelador. Así se conservarán durante varios meses.



← 0%  
175°  
□ ✕ -

NOCI  
das Kochbuch

# ¿Horno de vapor en lugar del X BO? ¡También funciona!

---

¿No tiene un BORA X BO, sino un horno de vapor convencional? No se preocupe: También puede utilizarlo para cocinar las recetas de este libro. Aunque fueron desarrolladas por los mejores chefs en el BORA X BO y para utilizar dicho dispositivo, si toma en cuenta los siguientes consejos, ¡funcionarán igual de bien con cualquier otro aparato!

## **La temperatura de cocción ideal**

En comparación con el horno de vapor convencional, el BORA X BO necesita un poco menos de calor. Esto se debe a que hace circular el aire caliente a gran velocidad y, por tanto, lo transfiere a los alimentos más rápidamente. Tal vez conozca este efecto de una sauna: Si agita una toalla, la circulación del aire se acelera y habrá más sensación de calor.

En las recetas de este libro, hemos tenido en cuenta la diferencia de temperatura. Si utiliza un horno de vapor convencional, deberá aumentar las temperaturas indicadas en el texto de la receta unos 10-20°. Para temperaturas de cocción inferiores a 100°, así como para la cocción al vapor, no es necesario aumentar la temperatura. Puede seguir las instrucciones exactas de la receta.

## **El nivel de humedad perfecto**

Puede encontrar los datos de humedad en nuestras recetas, que son iguales a los de un horno de vapor convencional. Puesto que todos los aparatos tienen diferentes depósitos de agua, es mejor comprobar de vez en cuando si hay suficiente agua en el depósito, especialmente cuando el tiempo de cocción supera la hora o hay grandes cantidades de alimentos para cocinar.

Si las recetas X BO especifican humedad en el rango negativo, los hornos de vapor convencionales deben cambiarse al modo de recirculación (0% de humedad) y la puerta del horno debe abrirse a

intervalos regulares para permitir que la humedad escape de la cavidad del horno.

Si, según la receta, los platos se van a gratinar o cocinar con una humedad de -100%, esto se consigue en hornos de vapor convencionales activando la función de grill al final del proceso de cocción. Utilice el ajuste de temperatura especificado en la receta.

## **El tiempo de cocción óptimo**

En función de los tiempos de cocción de los hornos de vapor convencionales, observará que las recetas de este libro indican tiempos de cocción más cortos. Esto se explica por el hecho de que el BORA X BO transmite el calor más rápido. Por lo tanto, deje un poco más de tiempo para su dispositivo. Lo mejor es comenzar con el tiempo preestablecido y, a continuación, alargar gradualmente hasta conseguir el resultado de cocción deseado. Con algo de experiencia, esto será pan comido. Por cierto, nuestros tiempos no incluyen el tiempo de precalentamiento. Antes de ajustar el temporizador, precaliente el aparato a la temperatura deseada. Si se requieren ajustes diferentes para los pasos de preparación individuales, debe dejar que el X BO se enfríe según sea necesario.

## **Programas automáticos y especiales**

¿Y qué hay de los muchos programas automáticos y especiales? Con esto, el horno de vapor BORA X BO facilitará su trabajo. También puede utilizar un método convencional de preparación.

Algunos ejemplos:

**Esterilizar:** Hierva los vasos en una fuente durante unos minutos para esterilizarlos.

**Derretir chocolate:** Esto también puede hacerse en un baño María. Sin embargo, asegúrese de que no se mezcla agua con en el chocolate.

**Levar masa:** Coloque la masa cubierta en un lugar caliente y déle un poco más de tiempo para fermentar.

**Secado:** Ajuste la temperatura a 40° (aire recirculado) y deje la puerta del horno abierta para permitir que escape el exceso de humedad. Tenga en cuenta que secar los alimentos toma tiempo.

En las páginas siguientes se muestra una tabla con información detallada sobre los métodos de cocción y los ajustes de temperatura y humedad.



#### **En alturas aireadas**

Dorado y esponjoso: gracias a sus programas automáticos, el BORA X BO puede completar con seguridad suflés como la cazuela de patata y queso (ver pág. 250).

Tiempo de preparación: 55 min

Tiempo de espera: 3 días

Tiempo de cocción:

2 h y 30 min

Para 4 personas

### Para el sauerbraten

100 g de zanahoria  
200 g de apio  
60 g de puerro  
2 dientes de ajo  
4 ramitas de tomillo  
1 naranja ecológica  
1 cda. de bayas de enebro  
1 cda. de granos de pimienta negra  
750 g de vino tinto  
250 g de vinagre de vino tinto  
3 hojas de laurel  
100 g azúcar integral de caña  
1 anca de venado de 1,2-1,5 kg (deshuesada)  
3 cdas. de mantequilla clarificada  
Sal natural o marina  
Pimienta recién molida  
2 cdas. de tomate concentrado  
2 cdas. de arándanos rojos (de bote)

### Para los klösse de patata

1 kg de sal marina gruesa  
900 g de patatas harinosas  
50 g de mantequilla  
3 yemas de huevo (tamaño M)  
75 g de maicena  
Sal natural o marina  
Nuez moscada  
Harina para trabajar

Para ver más ingredientes,  
pase la página →

# Sauerbraten de caza con klösse de patata

---

## SAUERBRATEN DE CAZA

1. Pelar la zanahoria y el apio, limpiar y lavar bien el puerro, y cortar todo en trozos del tamaño aproximado de una nuez. Pelar el ajo y picar grueso. Lavar el tomillo y escurrirlo con unas sacudidas. Lavar la naranja con agua caliente, secarla y rallar la piel. Machacar las bayas de enebro con los granos de pimienta en el mortero.
2. Poner el vino, el vinagre y 250 g de agua en una olla. Añadir los ingredientes preparados junto con el laurel y el azúcar, llevar a ebullición y dejar que se enfríe. Secar la carne con papel de cocina y ponerla en el adobo una vez frío. Dejar marinar en el frigorífico durante 2-3 días dándole la vuelta unas dos o tres veces.
3. Sacar la carne el día que se vaya a preparar y dejar que escurra bien. Colar el adobo y conservar el líquido. Calentar la mantequilla clarificada en un asador grande, dorar la carne por todos los lados y salpimentar. A continuación, sacar del asador y reservar.
4. Poner la verdura marinada en el asador caliente y sofreír durante 8-10 minutos. Añadir el tomate concentrado y freír removiendo bien. Verter el líquido colado anteriormente y poner la carne sobre la verdura. Estofar en el X BO (a 150°/0% de humedad) unas 2-2,5 horas a una temperatura interior de 90°. Después sacar la carne y ponerla en el recipiente de cocción no perforado. Dejar que se enfríe el X BO a unos 50° y volver a meter el sauerbraten para mantenerlo caliente hasta el momento de servirlo.

5. Colar en un cazo el jugo que se acumule en el asador. Reducirlo durante 5-8 min a fuego medio para que quede espeso. Añadir los arándanos rojos a la salsa y condimentar con sal y pimienta.

## KLÖSSE DE PATATA

6. Poner un tapete para hornear en el recipiente de cocción no perforado y espolvorear la sal gruesa. Lavar las patatas bajo el grifo y, en caso necesario, limpiarlas con un cepillo para verduras. Colocarlas con piel sobre la sal. Unos 45 min antes de que termine el tiempo de cocción, introducir la bandeja en el BORA X BO para que las patatas se hagan a la vez que el sauerbraten. Sacar y dejar que se enfríen un poco.





7. Partir por la mitad las patatas asadas, colocarlas con el lado del corte hacia abajo en el prensapatatas, triturar y retirar las pieles. Después de la primera pasada, prensar una segunda vez las patatas con el prensapatatas en un cuenco. Así la masa adquirirá una consistencia suave.

8. Derretir la mantequilla en un cazo pequeño. Batir las yemas en un cuenco y añadir las patatas, la maicena y la mantequilla derretida. Mezclar todo muy bien y condimentar con 1 cda. de sal y nuez moscada recién rallada. Poner la masa de las patatas en una superficie enharinada, formar un rollo de unos 5 cm de grosor y dividir en diez o doce trozos de igual tamaño. Con las manos mojadas, dar forma de bola o klösse a los trozos.

9. Poner agua con sal a hervir en una olla grande y baja. Echar los klösse, reducir el fuego y dejar que cuezan durante 10-12 min. Cuando suban a la superficie, sacarlos con una espumadera.

### GAJOS DE MANZANA GLASEADOS

10. Lavar las manzanas, cortar en cuartos y quitar las semillas. Exprimir el limón. Cortar en gajos finos los cuartos de manzana con piel y echar el zumo de limón por encima.

11. Calentar en una sartén la mantequilla, rehogar los gajos de manzana a fuego medio y caramelizar añadiendo el azúcar y una pizca de sal. Verter el zumo y cocer en él los gajos de manzana durante unos 5 min. Retirar del fuego.

### PRESENTACIÓN

12. Corte el sauerbraten de caza en rodajas y servir con los klösse de patata en platos. Añadir un poco de salsa de arándano y adornar la carne con las rodajas de manzana glaseadas. Servir inmediatamente.



Nunca ha sido tan fácil cocinar tan bien: Gracias a su **distribución óptima del calor**, el BORA X BO garantiza unos resultados de cocción perfectos, incluso si se introducen tres bandejas llenas a la vez. Puede controlar la humedad con precisión e incluso reducirla, para que hasta los platos crujientes sean todo un éxito. Y para cocinar con precisión, el termómetro de alimentos de cuatro puntos lo mejora todo: cuando la comida alcanza la temperatura deseada, el proceso de cocción se detiene automáticamente.

### Para los gajos de manzana glaseada

3 manzanas

1 limón

1 cda. de mantequilla

1 cda. de azúcar integral de caña

Sal natural o marina

70 g de zumo de manzana

### CONSEJO PROFESIONAL

Añadir las yemas, la maicena y la mantequilla rápidamente a las patatas aún calientes para que se integren bien con ellas.