

Oster®

**COCINA MÁS RÁPIDO, SEGURO
Y DISFRUTA MÁS TIEMPO
CON TU FAMILIA**



MULTI-OLLA
Rápida



LA MULTI-OLLA RÁPIDA ELÉCTRICA OSTER® OFRECE VERSATILIDAD

al utilizar su perilla de temporizador ajustable el cual **FACILITA LA COCCIÓN PARA VARIEDADES DE COMIDAS**. Viene con 10 medidas de seguridad y **COCINA HASTA UN 70% MÁS RÁPIDO QUE OLLAS A PRESIÓN TRADICIONALES**. Sus indicadores de progreso comunican el proceso en que se encuentra la cocción de tu comida en cada momento para que puedas disfrutar de un delicioso resultado.



SISTEMAS DE SEGURIDAD

Control automático de presión

- 1** El sensor de control automático de presión asegura que la presión permanezca dentro del rango operativo. Si la presión dentro de la olla excede la presión máxima mientras está en uso, los sensores de control apagarán el calentador automáticamente.
- 2** Si el control automático de presión y la válvula de liberación de vapor no funcionan correctamente, la olla interior se desplazará hacia abajo para dejar espacio entre la olla y el anillo de sellado para poder liberar la presión.
- 3** Si el control automático de presión funciona mal y la presión dentro de la olla continúa aumentando, la válvula de liberación de vapor se levantará para que se pueda liberar la presión.

Control automático de temperatura

- 4** El control automático de temperatura garantiza que la temperatura dentro de la Multi-Olla se mantenga dentro del rango de seguridad. Si la olla se seca y se calienta demasiado, la Multi-Olla dejará de calentar automáticamente hasta que baje la temperatura y luego reanudará la cocción.
- 5** Si el control automático de temperatura funciona mal y la Multi-Olla indica temperaturas extremadamente altas dentro de la olla, automáticamente desconectará la energía y se apagará.

(Nota: la unidad ya no se podrá utilizar después de este punto por razones de seguridad)

Protector de alimentos

- 6** La Multi-Olla está equipada con un protector de alimentos que garantiza que los alimentos no bloqueen la salida de aire para que el vapor se libere sin problemas.

Bloqueo de tapa

- 7** Si la tapa no está en la posición completamente bloqueada, la válvula de flotador no puede levantarse y la unidad no alcanzará la presión de funcionamiento.
- 8** Al final de la cocción con la tapa en la posición completamente bloqueada, la tapa no se puede desbloquear hasta que se libere toda la presión. Esto puede ser hecho usando el método de liberación de presión natural o el método de liberación de presión rápida.

Válvula de liberación de vapor

- 9** La presión no aumentará si la válvula de liberación de vapor no se ha colocado en la posición cerrada.
- 10** La válvula de liberación de vapor tiene una pestaña extendida diseñada para mantener la mano alejada de la parte superior de la válvula. Siempre use un utensilio de cocina para operar esta pestaña.



CARACTERÍSTICAS

1 *Agarradera doble*

2 *Válvula de liberación de vapor*

3 *Colector de condensación*

4 *Asa auxiliar*

5 *Perilla de temporizador ajustable*

6 *Puerto de cable de alimentación*

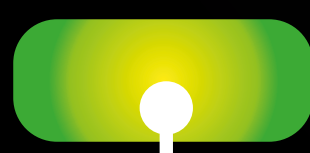
Oster®

Calentar
Heating



1

Mantener Presión
Keep Pressure



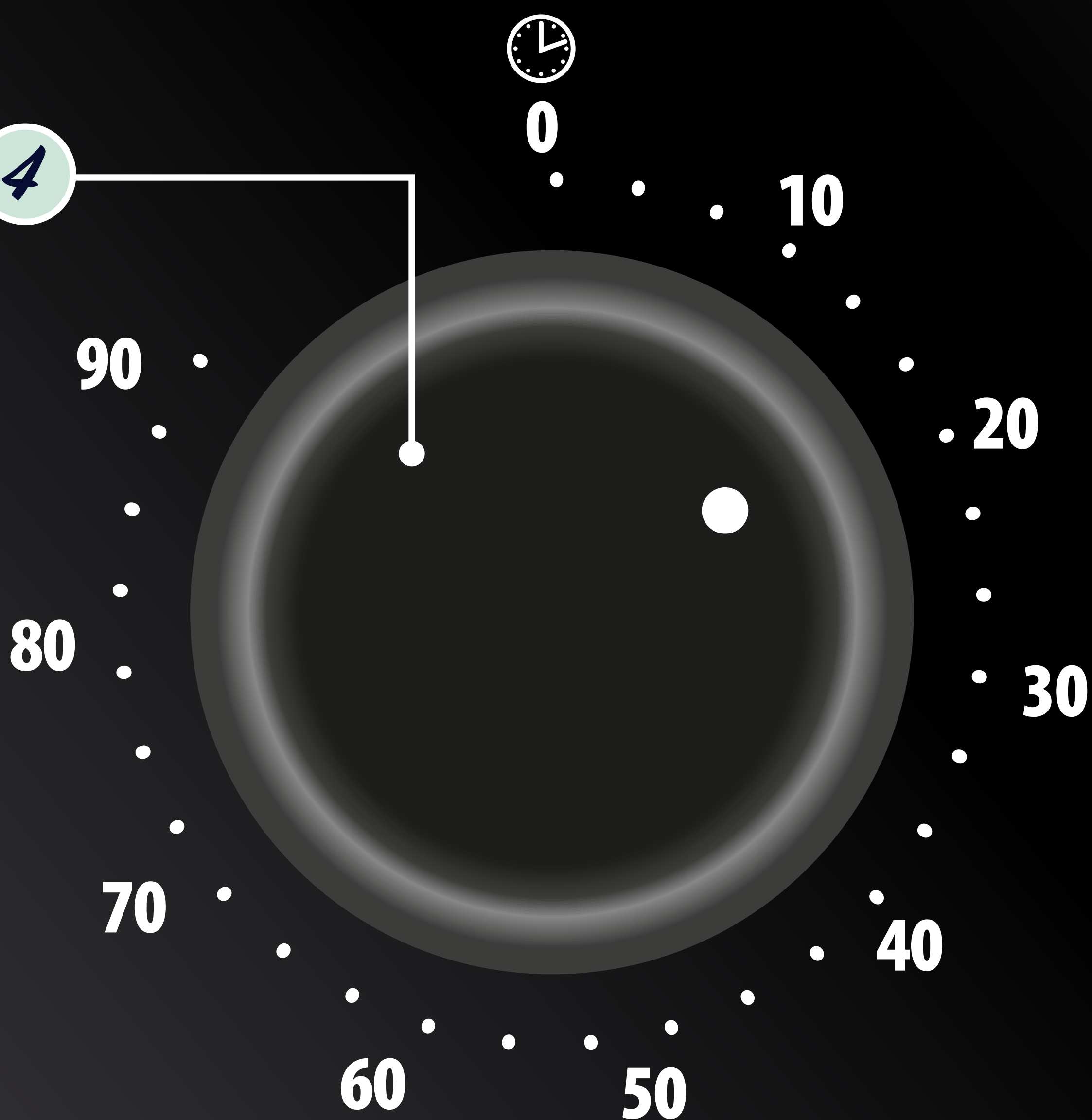
2

Mantener Caliente
Keep Warm



3

4



PANEL

FACILITA LA COCCIÓN PARA UNA GRAN VARIEDAD DE ALIMENTOS

1 *Luz indicadora de calentar*

2 *Luz indicadora de mantener presión*

3 *Luz indicadora de mantener caliente*

4 *Perilla de temporizador ajustable*



SOPA DE GARBANZOS Y ESPECIAS

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 50 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 40 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6-8**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

½ cebolla puerro (ajo puerro) picada

1 taza de cebolla roja picada

½ taza de zanahoria cortada en julianas

500 g de pecho de res cortado en trozos del tamaño de un bocado

½ taza de maíz

½ taza de arvejas

2 tazas de garbanzos remojados desde la noche anterior

½ taza de habas

5 tazas de agua

3 dientes de ajo finamente picados

1 manojo de cilantro picado

½ taza de apio picados

Preparación

Vierte en tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® el aceite y gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe la cebolla y la carne 10 minutos.

Incorpora los demás ingredientes menos el cilantro, sazona con sal y pimienta al gusto y coloca la tapa, asegurándote de colocar la válvula de liberación de vapor en posición cerrada. Gira la perilla a 30 minutos.

Cuando el tiempo de cocción se complete espera a que se libere todo el vapor, abre tu olla y lleva esta deliciosa sopa a la fuente de tu preferencia o sírvela en platos individuales espolvoreando el cilantro por encima.



SOPA DE FRIJOLES

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 60 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 55 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6-8**

Ingredientes

2 cucharadas de aceite de oliva

½ pimentón rojo cortado en cubitos

½ pimentón verde cortado en cubitos

¼ de cebolla blanca finamente picada

2 tallos de cebolleta o cebolla verde + 1 tallo picado para decorar

3 dientes de ajo

1 cucharada de comino

400 g de frijoles rojos remojados desde la noche anterior

400g de frijoles negros remojados desde la noche anterior

4 tazas del caldo de tu preferencia

2 hojas de laurel

½ taza de cilantro

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® y gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe los pimentones, la cebolla, las cebolletas, y los ajos. Agrega el comino y revuelve hasta que se mezcle bien.

Incorpora los frijoles, el caldo, las hojas de laurel y la mitad del cilantro.

Tapa la Multi-Olla y gira la perilla a 50 minutos. Asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Transcurrido el tiempo, deja que el vapor escape naturalmente.

Sirve y espolvorea el cilantro por encima. Acompaña esta deliciosa sopa de frijoles con arroz blanco y aguacate.



SOPA DE LA HUERTA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 45 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 35 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6-8**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

2 tallos de cebolleta picados

½ taza de cebolla puerro (ajo puerro) picada

½ cebolla blanca finamente picada

2 dientes de ajo finamente picados

1 tomate sin semillas y cortado en cubitos

2 papas limpias con cáscara y cortadas en trozos del tamaño de un bocado

4 hojas de acelga

2 tallos de apio picado

½ taza de zanahoria cortada en trozos del tamaño de un bocado

1 o 2 elotes o mazorcas partidas en 4 trozos de 3 cm aproximadamente

½ taza de habas

½ taza de habichuelas

½ taza de arvejas

1 taza de calabacín partido en trozos

5 tazas de caldo de vegetales

1 manojo de perejil y cilantro

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® y gira la perilla de temporizador ajustable para activar la función de salteado/sofrito, lleva las cebollas a la olla y sofríe 5 minutos. Agrega el ajo, el tomate y sofríe unos minutos más.

Incorpora el resto de los ingredientes, dejando un poco de perejil y de cilantro para decorar. Tapa la olla y gira la perilla a 30 minutos. Asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Sirve esta deliciosa y sana sopa espolvoreando un poco de perejil y cilantro.



DIP DE ALCACHOFAS Y ESPINACA

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 5 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8 TAZAS DE DIP**

Ingredientes

200 ml de caldo de vegetales

8 tallos de cebolletas picadas

2 cucharadas de jugo de limón

2 cucharadas de jalapeños picados

280 g de espinaca previamente cocinada, escurrida y picada

4 dientes de ajo

$\frac{1}{3}$ taza de perejil picado

450 g de corazones de alcachofa en conserva escurridos y picados

$\frac{1}{2}$ taza de parmesano rallado

450 g de queso crema

$\frac{1}{2}$ taza de queso pecorino o queso italiano

Preparación

Vierte en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® el caldo, el limón, la espinaca, las alcachofas, el queso crema, las cebolletas, los jalapeños, los ajos y el perejil.

Tapa la Multi-Olla y programa 5 minutos. Asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté cerrada.

Deja que el vapor escape naturalmente. Abre la olla, revuelve la mezcla y deja reposar unos minutos; agrega los quesos, revuelve nuevamente y deja enfriar del todo.

Puedes acompañar este dip con tostaditas, pan de pita tostado o los chips de tu preferencia

Tip

Si ves que está muy espeso y prefieres que contenga más líquido, siempre podrás agregar un poco más de caldo.



POLLO AL VINO

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4-6**

Ingredientes

2 cucharadas de harina

**1 ½ taza de zanahoria
en trocitos**

**1 cucharada de aceite
de oliva**

**½ taza de apio
picado fino**

**300 g de cebollitas
perla**

**4 cucharadas
de brandy o coñac**

**1 cucharada de
azúcar morena**

3 tazas de vino tinto

**1 cucharada de vinagre
de vino tinto**

1 hoja de laurel

60 g de mantequilla

**1 cucharadita
de tomillo**

4 a 6 presas de pollo

225 g de champiñones

**125 g de tocino cortado
en trozos gruesos**

**Sal y pimienta recién
molida al gusto**

**2 dientes de ajo
picados**

Preparación

Mezcla la harina con la sal y la pimienta, sazona el pollo con esta mezcla y reserva.

Vierte en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® el aceite de oliva y gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función salteado/sofrito, incorpora las cebollas perla y el azúcar, mezcla para que se impregnen y sofríe 3 minutos; incorpora el vinagre de vino tinto y cocina 1 minuto más. Retira las cebollas de la olla y reserva. Deja la perilla activada.

Coloca la mantequilla en la olla de cocción y derrítela, agrega el pollo y dóralo. Retira de la olla y reserva.

Agrega el tocino, el ajo, la zanahoria y el apio y fríelos 5 minutos. Vierte el coñac y el vino. Agrega el laurel, el tomillo e incorpora el pollo, las cebollitas y los champiñones; mezcla todo y tapa tu Multi-Olla, gira la perilla a 20 minutos.

Cuando termine la cocción, sírvelo calentito y acompáñalo con arroz blanco y una ensalada de vegetales frescos.



FRIJOLES NEGROS CON TOCINO Y CHORIZO

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 60 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 50 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

2 tazas de frijoles remojados desde la noche anterior

1 taza de chorizo español cortado en cubos

1 taza de tocino cortado en cubitos

1 cebolla

3 dientes de ajo

2 tazas de tomates sin piel ni semilla cortados en cubos

½ cucharadita de pimienta

½ cucharadita de comino molido

Cilantro finamente picado

Sal al gusto

Preparación

Gira la perilla de temporizador ajustable de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe el tocino y el chorizo unos 5 minutos. Incorpora la cebolla y el ajo y sofríe 5 minutos más. Retira de la olla y reserva.

En el aceite que dejó el tocino y el chorizo fríe los tomates durante 2 minutos y agrega los frijoles, el tocino y el chorizo, la pimienta y el comino. Tapa la olla y gira la perilla a 40 minutos.

Sirve los frijoles y decora con el cilantro.



ESTOFADO DE VEGETALES Y CUSCÚS

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 20**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

1 tomate picado en cubitos

2 tazas de berenjena cortada en dados

2 taza de calabacín cortado en dados

1 taza de zanahoria cortada en rodajas

1 tallo de cebolleta picada

½ taza de pimentón rojo picado

½ taza de arvejas

1 ½ taza de caldo de vegetales

1 taza de cuscús

Perejil para decorar

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®, gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe todos los vegetales durante aproximadamente 10 minutos revolviéndolos de vez en cuando.

Vierte el caldo, sazona con sal y pimienta al gusto. Tapa la olla y gira la perilla a 5 minutos; asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Deja que se libere el vapor y abre la olla, incorpora el cuscús, revuelve, y sin tapan la olla deja reposar 5 minutos.

Sirve y decora con el perejil.

Este delicioso plato es ideal como plato único o como acompañante de carnes y pescados.



CACEROLA DE CARNE Y VEGETALES

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 45 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 35 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8**

Ingredientes

1 cucharadita de aceite de oliva

500 g carne para sopa

120 g de pimentón verde cortado en julianas

120 g de pimentón amarillo cortado en julianas

120g de pimentón rojo cortado en julianas

250 g de habichuelas verdes

2 dientes de ajo finamente picado

3 tomates sin piel ni semillas

1 taza de berenjena cortada en cubos

½ taza de zanahorias

1 taza de calabacín cortado en cubos

1 taza de maíz desgranado

1 cucharada de orégano

2 hojas de laurel

250 ml de agua

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Sazona la carne con sal y pimienta.

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®. Gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de saltear/sofrito, incorpora la carne y sofríela unos minutos hasta que se dore.

Agrega todos los vegetales, el orégano, las hojas de laurel, sal y pimienta al gusto y revuelve; sofríe unos minutos y agrega el agua.

Tapa la olla y gira la perilla de temporizador ajustable a 30 minutos. Asegúrate que la válvula de liberación de valor esté en posición cerrada.

Una vez que esté lista la preparación, sirve caliente, sola o acompañada de un rico arroz blanco.



CHILI VEGANO

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 50 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 45 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8**

Ingredientes

2 cucharadas de aceite de oliva

1 taza de cebolla amarilla finamente picada

1 taza de zanahorias ralladas

2 jalapeños finamente picados

3 dientes de ajo finamente picados

½ taza de trigo lavado

2 cucharadas de chili en polvo

1 cucharada de comino en polvo

2 tazas de tomates picados

1 ½ taza de salsa de tomate

400 g de frijoles negros

400 g de frijoles rojos

Cilantro (opcional)

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®, gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito e incorpora la cebolla, la zanahoria, y los jalapeños, sofríe hasta que observes que la cebolla esté traslúcida, más o menos 3 minutos, entonces agrega el ajo y sofríe 1 minuto.

Incorpora el trigo, el chile, el comino y mezcla todo.

Añade los tomates, la salsa de tomate, los frijoles, revuelve muy bien, tapa la Multi-Olla y gira la perilla a 40 minutos. Asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Sirve el chili vegano y espolvorea encima el cilantro, si optaste por usarlo.



BOURGUIGNON DE CARNE

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 70 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 60 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4-6**

Ingredientes

100 g de tocino cortado en cubitos

1 kilo de carne para guisar cortada en trozos del tamaño de un bocado

300 g de cebollas perla

1 taza de cebolla blanca finamente picada

2 diente de ajo de ajo finamente picados

250 g de champiñones

3 zanahorias ralladas

3 tazas de vino tinto (preferiblemente Borgoña)

1 bouquet garni (ramillete de romero, albahaca, perejil, salvia, puerro)

1 cucharada de mantequilla

1 cucharadas de harina

1 cucharada de perejil

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Gira la perilla de temporizador ajustable de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe el tocino hasta que se dore. A continuación añade las cebollitas perla y sofríe hasta que estén ligeramente doradas. Saca de la olla y reserva.

En el aceite que dejó el tocino sofríe primero la mitad de la carne, retira de la olla, reserva y sofríe la otra mitad; una vez que esté lista, agrega y sofríe la cebolla y los ajos, agrega los champiñones y por último vuelve a colocar en la olla la carne que habías sofrido y reservado. Revuelve y cocina durante unos minutos. Incorpora la zanahoria, el vino y el bouquet garni. Tapa la olla y gira la perilla a 40 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Una vez que se complete el ciclo de cocción, deja que el vapor escape naturalmente y abre la olla. Descarta el bouquet garni, incorpora el tocino y las cebollas perla y retira el bourguignon de la olla de cocción.

Enjuaga ligeramente y seca la olla de cocción, colócala en la base de calentamiento y gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito. Agrega la mantequilla y la harina revolviendo constantemente y cuando se espese vierte la salsa en la que se cocinó la carne; continúa revolviendo hasta que espese un poco y vierte sobre la carne.

Sirve en la fuente de tu preferencia espolvoreando el perejil por encima.



GOULASH CLÁSICO

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 50 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 40 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4-6**

Ingredientes

2 cucharadas de aceite de oliva

900 g de res para estofar cortada en dados grandes

2 cebollas grandes cortadas en rodajas finas

2 dientes de ajo finamente picados

2 pimentones rojos cortados en cubitos

1 cucharada de paprika

¼ de cucharadita de paprika adicional para decorar

400 g de tomates picados

2 cucharadas de puré o pasta de tomate

Yogur sin endulzar

Sal y pimienta recién molida al gusto

Preparación

Sazona la carne con sal y pimienta y vierte en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® con el aceite, gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe la carne. Agrega la cebolla, el ajo y los pimentones y sofríe 5 minutos más.

Agrega la paprika, los tomates, el puré de tomate y agrega más sal y pimienta si es necesario; mezcla todo y tapa la Multi-Olla. Gira la perilla a 30 minutos.

El goulash es un plato típico húngaro y se sirve acompañado de yogur.

Sirve en platos individuales con 2 cucharadas de yogur y espolvorea paprika por encima.



CARNE DESMECHADA

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 80 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 70 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

3 cucharadas de aceite de oliva

2 tomates sin piel cortados en cubos

800 g de carne de res para desmechar (falda)

3 dientes de ajo finamente picados

1 cucharada de comino en polvo

2 cucharadas de salsa inglesa

½ taza de cebolla blanca picada

2 tazas de agua

½ taza de pimentón rojo picado

Ramitas de cilantro al gusto

½ taza pimentón verde picado

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® y gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito.

Sazona la carne con el comino, sal y pimienta al gusto; acomódala en la olla de cocción y séllala por todos los lados hasta que se dore. Retira de la olla y reserva.

En el aceite que dejó la carne sofríe la cebolla y los pimentones durante unos minutos. Agrega los tomates y el ajo y sigue sofriendo unos minutos más, hasta que veas que los tomates han soltado su jugo, incorpora la salsa inglesa, y agrega más sal y pimienta si es necesario.

Vuelve a llevar la carne a la olla, junto con el sofrito, cubre con el agua y agrega el cilantro.

Cierra la olla, asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada y gira la perilla de temporizador ajustable a 60 minutos.

Una vez que termine la cocción, deja que la presión se libere y retira la carne de la olla.

Sobre una tabla y con ayuda de dos tenedores desmecha la carne. Llévela nuevamente a la olla y mézclala con la salsa que formó.

Sirve esta deliciosa carne dentro o por encima de tus arepas o simplemente acompáñala con arroz blanco y ensalada.



OSOBUCO EN SALSA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

3 cucharadas de harina

½ taza de cebolla
finamente picada

2 cucharadas de aceite
de oliva

4 cucharadas de puré
de tomate

2 cucharadas
de mantequilla

120 ml de caldo
de carne o agua

4 piezas de osobuco
de ternera de
2 cm de grosor
aproximadamente

4 cucharadas de hojas
de perejil picadas

4 dientes de ajo
picados

Sal y pimienta recién
molida al gusto

Preparación

Mezcla la harina con la sal y la pimienta, rebosa la carne con ella y sacude la harina sobrante.

Vierte en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® el aceite y la mantequilla, gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito y fríe la ternera hasta que se dore. Retírala de la olla de cocción y reserva.

Añade a la olla el ajo y la cebolla y sofríe un poco más, revolviendo de vez en cuando sin dejar que se dore.

Agrega el puré de tomate, el caldo, la sal y la pimienta y cuando empiece a hervir acomoda la ternera. Tapa la olla y gira la perilla a 20 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Una vez que termine la cocción, deja que la válvula libere naturalmente el vapor.

El osobuco es un clásico y sabroso estofado milanés que puedes acompañarse con pasta fresca o risotto de azafrán.



CAMOTE CON QUESO

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 15 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

Molde refractario
de 15 cm de diámetro
y 6 cm de alto
aproximadamente

700 g de batata

1 taza de queso
mozzarella

Papel aluminio para
cubrir el molde

1 taza de queso
parmesano rallado

1 cucharada de aceite
de coco

2 huevos

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Pela y lava las batatas y colócalas en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®.

Cubre con agua, tapa y gira la perilla de temporizador ajustable a 5 minutos. Asegúrate que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Transcurrido el tiempo, deja que el vapor se escape, retira las batatas de la olla y en un recipiente písalas con ayuda de un tenedor hasta formar un puré. Incorpora los quesos y los huevos y mezcla hasta que los ingredientes se integren.

Engrasa el molde con el aceite de coco y vierte la mezcla.

Vierte en la olla de cocción 250 ml de agua, acomoda la rejilla para cocinar al vapor, tapa el molde con el papel de aluminio y colócalo sobre la rejilla.

Tapa la olla y deja la válvula de liberación de vapor en posición abierta; gira la perilla a 10 minutos.

Una vez que concluya el tiempo de cocción, deja reposar unos minutos y desmolda.

Usa tu imaginación y cubre las batatas espolvoreando finas hierbas, o con queso crema o la salsa que prefieras.



CALABAZA DE ESPAGUETI CON SALSA DE MARISCOS

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 20 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

1 calabaza espagueti de aproximadamente 1 kilo cortada por la mitad a lo largo y sin semillas

250 ml de agua

2 cucharadas de aceite de oliva

1 taza de cebolla blanca picada

¼ de taza de pimentón rojo picado

¼ de taza de pimentón verde picado

2 dientes de ajo finamente picados

2 tomates maduros cortados en cubitos

½ de taza de vino blanco

1 taza de pasta de tomate

2 cucharadas de salsa inglesa

200 g de langostinos

180 g de calamares

6 mejillones frescos y limpios

1 cucharadita de azúcar morena

Queso parmesano

Hojas de albahaca picadas

Preparación

Coloca la rejilla para cocinar al vapor en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® y vierte el agua. Acomoda la calabaza sobre la rejilla con el lado cortado uno encima del otro, como si la calabaza no estuviese cortada. Tapa la Multi-Olla y gira la perilla de temporizador ajustable a 10 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté cerrada.

Transcurrido el tiempo, deja que se libere el vapor naturalmente y cuando termine, retira cuidadosamente la calabaza y con ayuda de un tenedor raya la pulpa en forma transversal: verás como se forman tiras que semejan espagueti (por eso su nombre). Reserva.

Para preparar la salsa, gira la perilla para que se active la función de salteado/sofrito y vierte el aceite. Agrega la cebolla y los pimentones y sofríe durante 5 minutos. Incorpora el ajo y el tomate, mezcla todo y vierte el vino, la pasta de tomate y la salsa inglesa, revuelve, deja que vuelva a hervir e incorpora los langostinos, los calamares y las almejas. Sazona con sal y pimienta al gusto y agrega la cucharadita de azúcar. Cocina 5 minutos y apaga la Multi-Olla. La misma quedará automáticamente en mantener caliente, deja allí la salsa 10 minutos más.

Sirve la salsa sobre los espaguetis de calabaza y el espolvorea el queso parmesano y la albahaca.



FARFALLE CON SALSA BOLONÈSA

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

700 g de carne molida
baja en grasa

1 cucharada de
mantequilla

½ taza de cebolla
blanca finamente
picada

4 tomates sin piel
ni semillas

1 diente de ajo
finamente picado

1 taza de agua

1 taza de salsa
de tomate

1 cucharadita
de orégano

250 g de farfalle

1 cucharadita de
albahaca

Queso parmesano

Sal y pimienta recién
molida al gusto

Preparación

Gira la perilla de temporizador ajustable de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe la mitad de la carne hasta que se dore. Luego incorpora la otra mitad, la cebolla y el ajo y sofríe 5 minutos más. Sazona con sal y pimienta y agrega el orégano y la albahaca.

Incorpora los tomates y sofríe 5 minutos más. Vierte el agua y la salsa de tomate y revuelve muy bien.

Agrega los farfalle, vuelve a mezclar y tapa la olla. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté cerrada. Programa 8 minutos.

Sirve caliente, con queso parmesano encima y acompañado de una ensalada fresca.



ARROZ CON POLLO

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 20 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

3 muslos de pollo y 3 encuentros

½ taza de cebolla finamente picada

½ taza de pimentón rojo picado en cubitos

2 ajos picados finamente

½ taza de puré de tomate

3 ½ tazas de agua

3 tazas de arroz

½ taza de zanahoria cortada en cubitos

½ de taza de arvejas

1 cucharada de achiote

2 hojas de laurel

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Sazona el pollo con sal y pimienta al gusto. Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe el pollo hasta que se dore. Añade la cebolla, los pimentones y los ajos y sofríe 5 minutos.

Incorpora el resto de los ingredientes y revuelve.

Tapa la Multi-Olla y gira la perilla a 10 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada. Cuando termine espera a que se libere el vapor naturalmente.

Sirve el arroz en una fuente acomodando el pollo por encima.



TOSTADAS A LA FRANCESA

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

Molde refractario
de 15 cm de diámetro
y 5 cm de alto
aproximadamente

½ cucharadita
de aceite de coco

1 taza de agua

4 huevos

1 taza de leche

¾ de taza de crema
de leche

¼ de taza de azúcar
morena

1 cucharadita de
extracto de vainilla

1 cucharadita de canela

1 pan de molde sin tajar
de aproximadamente
400 g, cortado en
cubos

Azúcar en polvo
para decorar

Sirope o miel

Preparación

Engrasa el molde con el aceite.

En la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® acomoda la rejilla para cocinar al vapor y vierte el agua.

En tu licuadora mezcla los huevos, la leche, la crema de leche, el azúcar, el extracto de vainilla y la canela.

Coloca la mezcla en un recipiente profundo y sumerge allí los cubos de pan, luego acomódalos en el molde cubierto previamente en papel de aluminio.

Lleva el molde a tu Multi-Olla y colócalo sobre la rejilla. Tapa y programa 30 minutos.

Una vez que se complete la cocción, deja que repose unos minutos, espolvorea el azúcar en polvo por encima y sírvelas acompañadas de sirope o miel.



BOL DE AVENA, NUECES Y PASAS

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 10 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

**½ taza de nueces
picadas**

**¼ taza de almendras
fileteadas**

**1 ½ taza de hojuelas
de avena**

2 tazas de agua

**½ taza de leche
de almendras**

**Azúcar morena
al gusto o el azúcar
de tu preferencia**

1 ramita de canela

½ taza de uvas pasas

**Canela en polvo
(opcional)**

1 pizca de sal

Preparación

Gira la perilla de temporizador ajustable de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteado/sofrito, incorpora las nueces y las almendras y dóralas 5 minutos. Retira de la olla y reserva.

Lleva a la olla de cocción la avena, el agua, la leche, el azúcar y la canela. Tapa la olla y gira la perilla 10 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor se encuentre en la posición cerrada.

Una vez que concluya la cocción y la válvula libere el vapor, retira la avena de la olla y cubre con las almendras, las nueces, las uvas pasas y si optaste por la canela en polvo espolvorea un poco.

Un desayuno completo, saludable y lleno de energía.



FLAN DE COCO

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 25 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

Molde para flan con tapa, de 15 cm de diámetro y 6 cm de alto aproximadamente

PARA EL CAMELO

4 cucharadas de azúcar

2 cucharadas de agua

PARA EL FLAN

500 ml de leche entera

250 ml de leche de coco

125 g de azúcar

4 huevos

$\frac{1}{2}$ taza de coco rallado y $\frac{1}{2}$ más para decorar

Preparación

En una olla prepara el caramelo, colocando el azúcar y el agua a fuego fuerte, revolviendo constantemente; cuando esté listo viértelo en el molde y espárcelo también por las paredes. Reserva.

Para el flan vierte todos los ingredientes en la licuadora y licua hasta que todo se integre.

Vierte la mezcla que licuaste en el molde con caramelo y tápalo.

En la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® coloca la rejilla para cocinar al vapor y 4 tazas de agua.

Ubica el molde encima de la rejilla y tapa la olla; gira la perilla de temporizador ajustable a 25 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Transcurrido el tiempo deja que el vapor se libere naturalmente.

Retira el molde de la olla, deja reposar hasta que este tibio y desmolda.

Tip

Si no tienes molde especial para flan, puedes utilizar cualquier molde del tamaño mencionado y cubrirlo con papel aluminio, que deberás cerrar muy bien, asegurando que no entre agua.



TORTA DE MAÍZ

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 60 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 50 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8**

Ingredientes

250 ml de agua

1 molde refractario
de 15 cm de diámetro
por 5 cm de alto
aproximadamente

1 taza de maíz
desgranado

1 taza de leche
condensada

2 huevos a temperatura
ambiente

1 cucharadita de
esencia de vainilla

$\frac{1}{4}$ taza de mantequilla
a temperatura
ambiente + 1
cucharadita para
engrasar el molde

$\frac{1}{2}$ taza de harina

1 cucharadita de polvo
de hornear

Papel de aluminio para
cubrir el molde

Preparación

Acomoda la rejilla para cocinar al vapor dentro de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® y vierte 250 ml de agua.

Engrasa el molde con la media cucharada de mantequilla.

Cierne la harina con el polvo de hornear y reserva.

En la licuadora mezcla el maíz, la leche condensada y vierte uno a uno los huevos, agrega la vainilla y licua hasta que todo se mezcle.

Incorpora poco a poco la harina a la mezcla que tienes en la licuadora y licua hasta que todo se incorpore.

Vierte la mezcla en el molde, cubre con papel de aluminio y acomódalo sobre la rejilla de cocinar al vapor. Tapa la olla y gira la perilla de temporizador ajustable a 50 minutos.

Deja que se enfríe y desmolda.

Esta torta es el acompañante ideal de carnes, pollo y pescados.



AREQUIPE O DULCE DE LECHE

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4 APROXIMADAMENTE**

Ingredientes

1 lata de leche
condensada

1 taza de agua

Preparación

Quita el papel o etiqueta de la lata de leche condensada.

Coloca en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® la rejilla para cocinar al vapor y vierte agua hasta la marca “½” que está como guía dentro de la olla de cocción. Cierra la olla y gira la perilla de temporizador ajustable a 30 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Transcurrido el tiempo, con unas pinzas o guante protector de calor saca la lata de la olla y déjala reposar hasta que este tibia. Procede a abrirla y saca el dulce de leche.

Disfrútalo acompañado de galletas, quesos, higos o solo.



TORTA DE PAN

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8**

Ingredientes

Molde de 15 cm de diámetro y 5 cm de alto aproximadamente

2 tazas de leche de almendras

1 cucharada de extracto de vainilla

100 g de azúcar morena

2 huevos

250 g de croissants

½ taza de uvas pasas previamente maderadas en ron para el caramelo

4 cucharadas de azúcar morena

2 cucharadas de agua

2 tazas de agua

Papel de aluminio

Preparación

Bate la leche con la vainilla, el azúcar y los huevos hasta que todos los ingredientes se mezclen.

Corta los croissants en trozos gruesos y sumérgelos en la mezcla, pero no dejes que se deshagan, pues la textura queda mucho mejor cuando los trozos conservan su forma. Déjalos sumergidos y mientras tanto, gira la perilla de temporizador ajustable de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteo/sofrito. Vierte en la olla de cocción el azúcar y el agua para hacer el caramelo, revolviendo constantemente; cuando esté ligeramente dorado, con ayuda de unos guantes o agarraderas térmicas, retira la olla de cocción de la base de calentamiento y vierte el caramelo en el molde. Espárcelo también por las paredes del mismo.

Vierte en el molde la mitad de la mezcla, luego las uvas pasas y por último el resto de la preparación. Tapa el molde con el papel de aluminio.

Vierte el agua en la olla de cocción y acomoda la rejilla para cocinar al vapor. Encima de esta coloca el molde y cierra la Multi-Olla. Gira la perilla a 30 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Una vez que se complete el tiempo de cocción, espera a que esté tibia y desmolda.

Puedes acompañar esta torta con helado de vainilla



CAZUELA DE HUEVOS

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 3 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

½ taza de cebolla blanca cortada en cubitos

¼ de taza de pimentón verde picado en cubitos

¼ de taza de pimentón rojo picado en cubitos

2 tazas de tomates cortados en cuadros

1 diente de ajo finamente picado

¼ de taza de pasta de tomate disuelta en 2 cucharadas de agua

6 huevos

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®, gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función salteado/sofrito y agrega la cebolla y los pimentones, sofríe 3 minutos aproximadamente e incorpora el tomate y el ajo, sazona con sal y pimienta. Añade la pasta de tomate y revuelve.

Coloca los huevos por encima cuidadosamente, acomodándolos uno al lado del otro y el último en el centro. Tapa la Multi-Olla y gira la perilla de temporizador ajustable, asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté cerrada y selecciona 3 minutos.

Una vez que trascurren los 3 minutos, utilizando el método de liberación rápida de la presión, gira la válvula a posición abierta y deja que salga todo el vapor. Abre la tapa de la Multi-Olla y sirve esta deliciosa cazuela, espolvoreando el cilantro por encima y acompañada de tostadas y la bebida de tu preferencia.



ARROZ CHINO

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 25 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 20 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

2 cucharadas
de mantequilla

2 tazas de brotes
de soya

2 dientes de ajo
finamente picados

2 tazas de arroz

$\frac{1}{4}$ taza de salsa de soya

3 huevos ligeramente
batidos

1 $\frac{3}{4}$ taza de agua

$\frac{1}{2}$ taza de cebolletas
picadas

Preparación

Mezcla la mantequilla y los ajos.

Vierte en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® una cucharada de la mezcla de mantequilla y gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito. Cocina los huevos revolviendo frecuentemente para que no se doren. Retira de la olla y reserva.

Vierte el resto de la mantequilla y sofríe la mitad de las cebolletas y $\frac{1}{2}$ taza de brotes de soya durante 3 minutos e incorpora el arroz; sofríe 3 minutos más y agrega la salsa de soya y el agua. Tapa la olla y asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada. Gira la perilla a 10 minutos.

Una vez que se complete el tiempo de cocción, agrega al arroz, los huevos cocidos y el resto de las cebolletas y de los brotes de soya, revuelve y sirve.



QUINUA CON MARISCOS

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 30 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 20 MINUTOS**

 **PORCIONES: 6**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

½ taza de cebolla blanca finamente picada

¼ de taza de pimentón rojo cortado en cubitos

¼ de pimentón amarillo picado en cubitos

¼ de cebolleta picada

1 diente de ajo finamente picado

¼ de zanahoria rallada

1 taza de tomates sin piel ni semillas picado en cubitos

1 taza de arvejas

1 cucharada de jengibre en polvo

2 tazas de quinua muy bien lavada

36 langostinos

12 mejillones limpios

6 calamares cortados en rodajas

2 tazas de agua

Sal y pimienta a gusto

Preparación

Vierte el aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®, gira la perilla de temporizador ajustable para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe la cebolla, los pimentones, la cebolleta y el ajo durante 5 minutos.

Incorpora la zanahoria, los tomates, las arvejas, el jengibre y sazona con sal y pimienta al gusto.

Añade la quinua, todos los mariscos y por último el agua, revuelve y tapa la olla.

Gira la perilla a 10 minutos.

Sirve en la fuente de tu preferencia y acomoda los mejillones en forma decorativa.



TORTILLA DE PAPA CON CHORIZO

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 40 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 30 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8**

Ingredientes

**Molde refractario
de 15 cm de diámetro
por 5 cm de alto
aproximadamente**

**½ cucharadita
de aceite de oliva
extra virgen**

**150 g de chorizo
español**

**¼ taza de pimentón
rojo cortado en cubitos**

**¼ taza de pimentón
verde cortado
en cubitos**

**½ taza de cebolla
blanca finamente
picada**

**2 dientes de ajo
finamente picados**

**450 g de papa cortada
en cubos**

5 huevos

**½ taza de crema
de leche**

**1 taza de queso
parmesano rallado**

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Engrasa el molde con el aceite de oliva y reserva.

Gira la perilla de temporizador ajustable de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster®, para que se active la función de salteado/sofrito y sofríe el chorizo durante 5 minutos. Incorpora la cebolla, los pimentones, las cebolletas y el ajo y sofríe 5 minutos más.

Mientras tanto bate los huevos junto con la crema y el queso; vierte sobre las papas, añade el sofrito de cebolla y pimentones, sazona con sal y pimienta al gusto, revuelve y acomoda en el molde.

En la olla de cocción de tu Multi-Olla, coloca la rejilla para cocinar al vapor, vierte 2 tazas de agua y coloca el molde. Cierra la olla y gira la perilla a 10 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Transcurrido el tiempo deja que el vapor se libere naturalmente y deja reposar durante 10 minutos.

Desmolda preferiblemente sobre una tabla y corta en cubos.



SOPA MINESTRONE

.....

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 45 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 35 MINUTOS**

 **PORCIONES: 10**

Ingredientes

1 cucharada de aceite de oliva

1 taza de cebolla blanca finamente picada

3 dientes de ajo finamente picados

1 taza de zanahoria cortada en cubitos

1 taza de apio picado

1 taza de tomates sin cáscaras ni semillas, triturados

1 taza de frijol blanco (cannellini)

2 hojas de laurel

5 tazas de caldo de verduras

½ taza de fideos cortos y pequeños

1 taza de espinaca

4 cucharadas de perejil finamente picado

Queso parmesano rallado

Sal y pimienta al gusto

Preparación

Vierte la cucharada de aceite en la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® y gira la perilla de temporizador ajustable para que la función de salteado/sofrito se active y sofríe la cebolla, los ajos, la zanahoria, el apio 5 minutos.

Incorpora los tomates, los frijoles, las hojas de laurel, el caldo y sazona con sal y pimienta al gusto, revuelve y tapa la Multi-Olla. Gira la perilla a 20 minutos; asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Una vez que se complete la cocción, deja que el vapor se libere naturalmente. Abre la olla y agrega la pasta, la espinaca y el perejil. Deja reposar unos 10 minutos dentro de la olla y sirve con queso parmesano encima.



LASAÑA

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 60 MINUTOS**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 50 MINUTOS**

 **PORCIONES: 4**

Ingredientes

Molde refractario de 15 cm de diámetro y 5 cm de alto aproximadamente

300 g de carne molida baja en grasa

½ taza de cebolla blanca finamente picada

1 diente de ajo

½ taza de champiñones en rodajas

1 taza de pollo cortado en cubitos

½ taza de tomates sin piel ni semillas cortados en cubitos

2 cucharadas de pasta de tomate, disueltas en 2 cucharadas de agua

1 cucharadita de orégano

½ taza de queso mozzarella

½ taza de queso parmesano

Pasta para lasaña

¾ taza de crema de leche

Papel de aluminio

Preparación

Gira la perilla de temporizador ajustable en tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® para que se active la función de salteado/sofrito y fríe la mitad de la carne hasta que se dore; luego incorpora la otra mitad, la cebolla, el ajo y sofríe 5 minutos más.

Añade los champiñones, el pollo, los tomates, la pasta de tomate y el orégano y cocina 10 minutos. Retira de la olla y reserva.

En el molde vierte ¼ de la crema de leche y acomoda la pasta para lasaña (tendrás que partirla e ir acomodándola) y luego incorpora la carne; a continuación la mitad del queso mozzarella y la mitad del queso parmesano; vierte otro ¼ de crema de leche y cubre con pasta para lasaña, por último vierte el resto de la crema de leche y de los quesos.

Cubre el molde con papel de aluminio, acomoda la rejilla para cocinar al vapor, vierte 2 tazas de agua y coloca el molde dentro de la olla. Tapa y gira la perilla a 50 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Transcurrido el tiempo de cocción, deja que el vapor se libere naturalmente, saca el molde y sirve.

Acompaña esta lasaña con vegetales frescos.



TORTA DE MANTEQUILLA DE ALMENDRAS

 **TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 MINUTOS + 1 HORA DE REFRIGERACIÓN**

 **TIEMPO DE COCCIÓN: 45 MINUTOS**

 **PORCIONES: 8**

Ingredientes

Molde de 15 cm de diámetro y 5 cm de alto aproximadamente

2 tazas de harina de almendras

1 cucharadita de bicarbonato de sodio

1 cucharadita de polvo de hornear

1 tazas de leche de almendras

1 taza de azúcar de coco

1 huevo

1 cucharadita de esencia de vainilla

1 cucharada de aceite de coco + 1 cucharadita para engrasar el molde

½ taza de mantequilla de almendras

Papel de aluminio

Almendras fileteadas para decorar

Preparación

Engrasa el molde con la ½ cucharadita de aceite de coco.

Cierne la harina con el bicarbonato y el polvo de hornear y reserva.

En tu licuadora mezcla la leche, el azúcar, el huevo, la vainilla, el aceite de coco y la mantequilla de almendras. Poco a poco ve incorporando la harina. Transfiere la mezcla al molde y tapa con el papel de aluminio.

En la olla de cocción de tu Multi-Olla Rápida Eléctrica Oster® coloca la rejilla para cocinar al vapor y vierte 2 tazas de agua, acomoda el molde y tapa la olla. Gira la perilla de temporizador ajustable a 45 minutos. Asegúrate de que la válvula de liberación de vapor esté en posición cerrada.

Una vez que la cocción llegue a su fin, deja que el vapor salga naturalmente y deja reposar por unos minutos.

Desmolda y cubre con las almendras fileteadas. Lleva al refrigerador por 1 hora por lo menos.

Oster®

Visita: www.oster.com
Síguenos: [@OsterLatino](https://www.instagram.com/OsterLatino)



© 2021 Sunbeam Products, Inc. Todos los derechos reservados.
Sunbeam Products, Inc. es una subsidiaria de Newell Brands Inc. (NYSE: NWL).
Las fotos de las recetas en este recetario son de referencia solamente.