

Mandolina Bimby®

Livro de boas-vindas





Índice

- 5 **Introdução**
- 6 **Aproveite ao máximo a sua Bimby®**
- 8 **O que contém a caixa? Fique a conhecer a sua Mandolina Bimby®**
- 10 Fatiar e ralar; e espiralizar
- 46 **Dicas essenciais para espiralizar**
- 47 O que deve saber
- 50 Um guia para espiralizar ingredientes
- 56 **Desmontar e limpar a lâmina da Mandolina e as lâminas do espiralizador**

12 **Mandolina Bimby®**

- 14 **O que faz o disco reversível**
- 16 **Como utilizar a Mandolina Bimby® com o disco 4 em 1**
- 16 Montagem
- 18 Como utilizar a Mandolina Bimby® para ralar e fatiar na Bimby® TM6 ou na TM5
- 20 **Dicas essenciais para ralar e fatiar**
- 20 O que deve saber
- 24 Um guia para cortar ingredientes

36 **Espiralizador Bimby®**

- 38 **Como montar a caixa da lâmina e a base do espiralizador**
- 40 **O que faz a lâmina do espiralizador**
- 42 **Como utilizar a Mandolina Bimby® com o espiralizador**
- 42 Montagem
- 44 Como utilizar a Mandolina Bimby® para espiralizar na Bimby® TM6 ou na TM5

58 **Receitas que inspiram no dia a dia**

- 60 Salada de pera e queijo azul com avelãs
- 61 *Carpaccio* de beterraba
- 62 Batatas fritas onduladas com molho de alho
- 63 *Rösti* bearnês
- 64 Salada de cenoura ralada
- 65 *Pickles* de cenouras espiralizadas
- 66 Salada *coleslaw*
- 67 *Buddha bowl* com frango
- 68 Batata gratinada
- 69 *Galette* de *ratatouille*
- 70 Ovos no forno com legumes espiralizados
- 71 Espirais de curgete e frango com parmesão e limão
- 72 Espirais de pera com creme de chocolate
- 73 Travessa de fruta com molho de limão e mel
- 74 Tarte de maçã
- 75 Bolo de maçã espiralizada



Introdução

A Bimby® simplifica a preparação das refeições, e a Mandolina Bimby® tornará os seus pratos impressionantes e surpreendentemente fáceis. A Mandolina Bimby® fatia, rala e espiraliza de forma precisa e eficiente, permitindo resultados fantásticos.

Agora, pode fatiar, ralar e espiralizar uma grande variedade de ingredientes, para dar sabor e textura aos seus pratos. Crie saladas apelativas, sobremesas lindas e uma multiplicidade de pratos doces e salgados.

Este livro será o seu guia para a utilização da Mandolina Bimby® no dia a dia, com instruções práticas para a montagem, assim como ótimos conselhos para obter os melhores resultados. Nestas páginas incluímos uma seleção de opções inspiradoras, que poderá encontrar na nossa crescente coleção de receitas no Cookidoo® (de röstis a tartes), para utilizar a Mandolina Bimby® e criar refeições com um visual totalmente novo. A Mandolina Bimby® é sinónimo de economia de tempo, eficiência, versatilidade e facilidade de utilização, oferecendo uma forma diferente e atrativa de apresentar pratos saudáveis à sua família. Com este acessório, as possibilidades de ser criativo são infinitas.

**Crie pratos
apetecíveis
com legumes!**

Aproveite ao máximo a sua Bimby®

A Bimby® está sempre a pensar em como simplificar a sua vida na cozinha, e a Mandolina Bimby® é o acessório perfeito para fatiar, ralar e espiralizar ingredientes. Reduza o tempo de preparação dos alimentos, sempre com resultados impressionantes. A Mandolina Bimby® facilita a preparação dos ingredientes, graças aos seus inúmeros benefícios:

- **Disco único e versátil – 4 cortes diferentes com um só disco.**

O disco reversível da Mandolina Bimby® é um disco único que faz 4 tipos de corte diferentes – para fatiar fino, fatiar grosso, ralar fino e ralar grosso. O disco é compacto e pode ser guardado de forma prática e segura na tampa da Mandolina Bimby®.

- **Espiraliza rapidamente e sem esforço em dois tamanhos diferentes.**

A lâmina do Espiralizador Bimby® corta, num instante, legumes e frutas em espiral com duas larguras diferentes.



- **Permite resultados impressionantes e com cortes precisos.**

O disco da Mandolina Bimby® tem uma aresta cortante extremamente afiada, que corta com precisão. Este corte dos alimentos permite obter, mesmo nos pratos mais simples, como uma travessa de fruta ou de cenouras cozidas a vapor, um resultado magnífico.

- **Deixa o copo da Bimby® limpo e pronto a usar.**

A Mandolina Bimby® foi concebida para facilitar a tarefa de cozinhar. O recipiente da Mandolina Bimby® fica posicionado dentro do copo da Bimby®, deixando-o limpo e pronto a usar quando o recipiente e o eixo são removidos.

- **Torna a alimentação saudável e visualmente atrativa.**

Enriquecer as refeições com mais legumes e fruta utilizando a Mandolina Bimby® torna as suas refeições mais apetecíveis. Prepare pratos saudáveis e atrativos, que fazem as delícias de adultos e crianças.

- **Economiza tempo na cozinha.**

A Mandolina Bimby® é suficientemente versátil para uma utilização no dia a dia. Tornará a preparação dos legumes e da fruta mais rápida e fácil, eliminando o tempo e esforço necessários na utilização de uma tábua de cozinha e de uma faca. Preparar ingredientes com cortes atrativos é agora mais rápido e mais fácil, aumentando, ainda mais, a eficiência da Bimby®.

- **Corta pedaços de tamanho uniforme.**

A Mandolina Bimby® corta os seus legumes em pedaços uniformes, permitindo obter melhores resultados e uma cozedura homogénea.



O que contém a caixa? Fique a conhecer a sua Mandolina Bimby®

Acabou de receber a sua Mandolina Bimby®. Ela é composta por várias peças: a Mandolina Bimby®, com o disco reversível 4 em 1 e o empurrador da mandolina, o Espiralizador Bimby® (base do espiralizador, caixa da lâmina, duas lâminas e o empurrador do espiralizador) e ainda os elementos comuns à mandolina e ao espiralizador (o eixo, o recipiente da mandolina e a tampa da mandolina).

O disco da mandolina e as lâminas do espiralizador são feitos em aço de alta qualidade. Cada peça foi cuidadosamente concebida e testada pelos nossos engenheiros, com vista a proporcionar os melhores resultados. Veja a descrição de cada peça e o que elas podem fazer nas páginas que se seguem.

Empurrador da mandolina

Ao pressionar suave e uniformemente o empurrador, os ingredientes são cortados ou ralados com precisão.

Tampa da mandolina*

A tampa da mandolina cobre o disco reversível ou o espiralizador, e as barras de bloqueio fecham-se em seu redor. Há um bocal largo e um estreito, para manter em posição uma série de tamanhos de frutas e legumes.

Disco reversível

Um disco reversível de dois lados, em aço de elevada qualidade, com lâminas resistentes e afiadas, para cortar uma grande variedade de ingredientes. O lado 1 serve para fatiar; e o lado 2, para ralar.

Fatiar e ralar

Espiralizar

Empurrador do espiralizador

Prendendo primeiro os ingredientes ao empurrador e pressionando depois, suave e progressivamente, o empurrador, os ingredientes são espiralizados com precisão.

Espiralizador

Composto pela base do espiralizador, pela caixa da lâmina e pela lâmina 1 ou 2, encaixa no eixo.

Recipiente da mandolina*

O recipiente da mandolina, com duas pegas, é fácil de utilizar e recolhe os ingredientes fatiados, ralados ou espiralizados. Tem uma base arredondada que retém os sucos dos ingredientes fatiados ou ralados, que pode aproveitar juntamente com a fruta preparada.

Eixo*

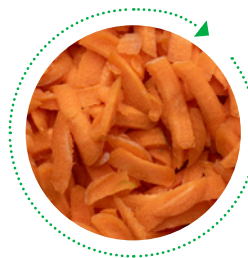
O eixo está assente sobre a lâmina do copo da Bimby® e ligado ao disco reversível ou espiralizador.

* Peças necessárias para fatiar, ralar e espiralizar

Fatiar e ralar

Lado 1

Lado 2



Fatiar grosso
(rotação para a direita)

Fatiar fino
(rotação para a esquerda)

Ralar grosso
(rotação para a direita)

Ralar fino
(rotação para a esquerda)

Espiralizar

Lâmina 1

Lâmina 2



Espiralizar largo
(semelhante a *tagliatelle*)

Espiralizar fino
(semelhante a *linguine* ou esparguete)

Mandolina

Bimby®

Crie pratos fantásticos utilizando a Mandolina Bimby®.
Fatie e rale facilmente diversos legumes e fruta
com diferentes espessuras, aprimorando o aspeto
visual das suas receitas.



O que faz o disco da mandolina

O lado

1

está identificado como disco para fatiar (fino e grosso) e tem o **encaixe escuro (peça central)**.



Este é um disco 4 em 1 fácil de utilizar. Utilize a rotação normal, no sentido dos ponteiros do relógio, para obter fatias grossas de tomate-chucha e curgetes para a *Galette de ratatouille* (pág. 69), ou cenouras raladas grosseiramente para a receita *Buddha bowl* com frango (pág. 67). Utilize a rotação inversa, no sentido contrário aos ponteiros do relógio, para obter fatias finas de repolho para a *Salada coleslaw* (pág. 66), ou cenouras raladas finamente para a nossa *Salada de cenoura ralada* (pág. 64). Enriqueça os seus dotes culinários utilizando apenas um disco para quatro cortes diferentes.

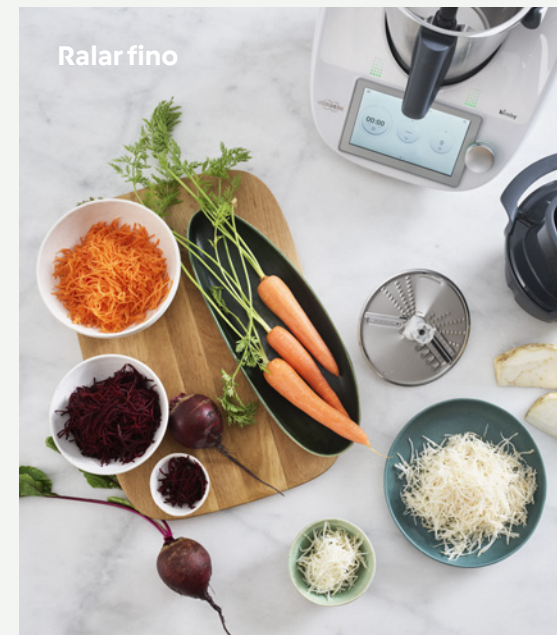


2 lados,
4 cortes

Ralar grosso



Ralar fino



O lado

2

está gravado com ripas para identificar que se destina a ralar (fino e grosso) e tem o **encaixe claro (peça central)**.



Encaixe o disco da mandolina no eixo, com o lado que deseja virado para cima. Siga as instruções de montagem e prepare-se para fatiar e ralar de forma simples.

Como utilizar a Mandolina Bimby® com o disco reversível 4 em 1

Para usar a Mandolina Bimby® basta rodar o botão de programação. Fácil de utilizar e de limpar, poderá contar sempre com a Mandolina Bimby®.

Montagem

1 Antes da montagem da Mandolina Bimby®, assegure-se de que o copo da Bimby® está vazio, bem montado e corretamente posicionado na Bimby® TM6 ou na TM5.



2 Insira o eixo sobre a lâmina e certifique-se de que está corretamente encaixado. A base do eixo deve estar posicionada no centro da lâmina e o eixo deverá manter-se na vertical.



3 Coloque o recipiente da Mandolina Bimby® no eixo. O eixo deverá aparecer através do orifício central do recipiente.



4 Segure o disco reversível sempre pelo encaixe (peça central), pois o disco em si é muito afiado. Encaixe o disco reversível no eixo com o lado que deseja virado para cima (consulte as págs. 10-11).



5 Coloque a tampa da mandolina no recipiente da mandolina. As barras de bloqueio irão trancar a tampa da mandolina na devida posição quando o motor for ativado.



6 Insira os ingredientes através do bocal da mandolina.



7 Rode o botão de programação para iniciar e utilize o empurrador da mandolina para pressionar suavemente os ingredientes através do bocal até ao disco reversível.

Fatie ou rale, fina ou grosseiramente. Dê asas à sua criatividade com a Mandolina Bimby®.

Como utilizar a Mandolina Bimby® para ralar e fatiar na Bimby® TM6 ou na TM5

Agora que já está familiarizado com a Mandolina Bimby® e com o disco reversível 4 em 1, pode começar a fatiar e a ralar os seus ingredientes preferidos. Verá que a Mandolina Bimby® é fácil de utilizar, quer faça uma Receita Guiada, quer opte por cozinhar manualmente. A Mandolina Bimby® é compatível com as Bimby® TM6 e TM5, e existem receitas disponíveis para cada versão da Bimby® no Cookidoo®.

De seguida, veja como utilizar a Mandolina Bimby® com o disco reversível 4 em 1 em cada um dos modelos Bimby®.

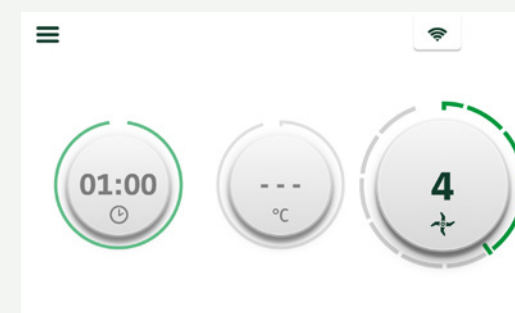
Na Bimby® TM6

Toque no ecrã inicial para aceder aos dois modos, ralar e fatiar. Vai encontrar explicações adicionais para cada um dos modos se tocar no ícone de informação da sua Bimby®. **Importante: o tipo de corte depende do lado do disco reversível que estiver voltado para cima, não do modo escolhido.**

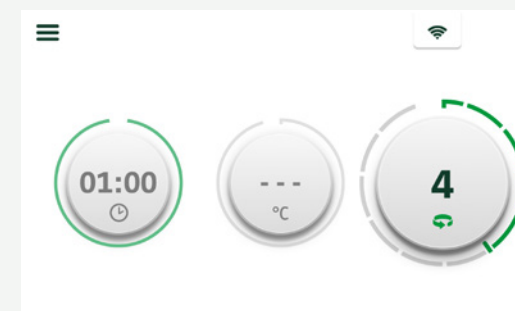


Em cada um dos modos pode escolher se deseja um corte fino ou grosso. Insira os ingredientes no bocal da mandolina e, em seguida, rode o botão de programação para uma das opções e esse modo será iniciado. Pressione suavemente com o empurrador da mandolina e toque no botão de programação para parar o modo quando desejar terminar de fatiar ou ralar. Caso contrário, o modo irá parar automaticamente após 1 minuto. Verifique o recipiente e esvazie-o, se necessário, antes de continuar.

Na Bimby® TM5



Importante: regule sempre o tempo para no máximo, 1 minuto, a fim de evitar encher em demasia o recipiente, e utilize sempre a velocidade 4.



Para fatiar ou ralar grosseiramente, regule um tempo máximo de **1 minuto** e rode o botão de programação para a **velocidade 4**. Insira o ingrediente no bocal da mandolina e pressione-o suavemente com o empurrador da mandolina. Toque no botão de programação para parar a mandolina quando quiser terminar de fatiar ou ralar. Verifique o recipiente da mandolina e esvazie-o, se necessário, antes de continuar.

Para fatiar ou ralar finamente, regule um tempo máximo de **1 minuto**, selecione a rotação inversa e rode o botão de programação para a **velocidade 4**. Insira o ingrediente no bocal e pressione-o suavemente com o empurrador da mandolina. Toque no botão de programação para parar a mandolina quando quiser terminar de fatiar ou ralar. Verifique o recipiente da mandolina e esvazie-o, se necessário, antes de continuar.

Se os ingredientes forem leves e pequenos, como cogumelos ou morangos, ou quando for necessário um posicionamento preciso do ingrediente para obter um bom resultado de corte, como por exemplo para rodela de cebola, coloque primeiro os ingredientes no bocal da mandolina, imobilize-os com o empurrador e ligue o motor. Pressione suave e uniformemente para obter cortes homogéneos.

Para obter os melhores resultados com a Mandolina Bimby®, siga sempre as instruções das Receitas Guiadas do Cookidoo®.

Dicas essenciais para ralar e fatiar

É possível fatiar ou ralar uma grande variedade de ingredientes com a Mandolina Bimby® — legumes, tubérculos, fruta ou queijos rijos (por exemplo, parmesão). Por isso, pode criar os seus próprios recheios de piza, travessas de fruta, gratinados e muitos outros pratos com rapidez, facilidade e precisão. Diretamente das nossas cozinhas Bimby®, aqui estão algumas dicas para o sucesso garantido com a Mandolina Bimby®.

O que deve saber

Fino ou grosso? As nossas recomendações

- **Para fatias/rodela**s perfeitamente uniformes, posicione os ingredientes através do bocal da mandolina, pressionando o empurrador de forma suave e uniforme.
- **Os ingredientes crus** podem ser cortados em fatias/rodelas finas ou grossas, de acordo com a sua preferência, embora no caso de alguns ingredientes rijos ou fibrosos, como a beterraba ou o bolbo de aipo, seja aconselhável um corte fino para obter um melhor resultado.
- **Para evitar que percam a sua forma devido à cozedura e secagem no forno**, corte em fatias/rodelas grossas ou rale grosseiramente os ingredientes que vai cozinhar, salvo se pretender um resultado específico, como, por exemplo, rodelas finas de batata assada. Nesse caso, corte os tubérculos em rodelas finas para que sequem lentamente no forno.

Dicas sobre ingredientes

- **Os ingredientes cozinhados e congelados** não são adequados para serem fatiados ou ralados com a Mandolina Bimby® (com exceção da beterraba cozida).
- **Para resultados de corte perfeitos**, quando comprar os ingredientes, escolha frutas e legumes pequenos, que caibam no bocal da mandolina.
- **Para cortar uniformemente ingredientes pequenos**, como cogumelos ou morangos, sobreponha os ingredientes no bocal da mandolina, pressione com o empurrador e, de seguida, rode o botão de programação para iniciar. Depois de cortados, carregue no botão de programação para parar e repita com mais ingredientes.



Corte em
pedaços os
ingredientes
maiores,
tais como a
abóbora-
-manteiga



- **Os ingredientes maiores**, como a abóbora-manteiga, a beringela ou o bolbo de aipo, necessitam de ser cortados em pedaços para caberem no bocal da mandolina.
- **As frutas e legumes** devem estar firmes ao toque. Isto é particularmente importante para os ingredientes mais macios, como, por exemplo, tomate (utilize apenas tomate-chucha que caiba inteiro no bocal da mandolina), abacate ou manga.
- **Para fatias em forma de meia-lua de legumes longos**, como as beringelas, escolha tamanhos pequenos e corte-as longitudinalmente ao meio, utilizando uma faca. Coloque as metades na vertical na parte mais larga do bocal da mandolina. Não é possível fatiar longitudinalmente legumes longos na Mandolina Bimby®.

Os ingredientes sumarentos (por exemplo, melancia, melão, tomate, *kiwi*) só são adequados para cortar em fatias grossas. Não terá bons resultados se ralar ou cortar em fatias finas estes ingredientes.

- **Os enchidos curados**, tais como salame e outros, são adequados para fatiar. Contudo, as salsichas frescas e cozidas são demasiado moles para permitir um corte em fatias.
- **Corte as extremidades dos ingredientes estreitos, como os talos de aipo, alho-francês, cebolo (spring onion) e cenouras.** O feijão-verde deve ser cortado todo com o mesmo tamanho e colocado em molho no bocal da mandolina.

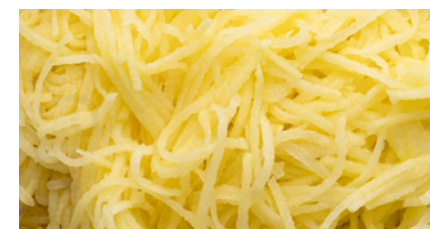
- **Alguns ingredientes são ótimos para fatiar, mas não para ralar** (verduras, pimento, funcho, tomate e a maior parte da fruta, com exceção da maçã).
- **Escolha a parte estreita ou larga do bocal da mandolina**, de acordo com o tamanho dos ingredientes.

Sempre preparado

- **Corte parmesão em fatias finas**, criando lascas para utilizar em saladas ou para guarnecer sopas.
- **Corte porções de legumes em fatias grossas e congele** para utilizar em assados, sopas ou guisados.
- **Congele sobras e restos de legumes** presentes no disco reversível, na tampa e no recipiente da mandolina para utilizar mais tarde em caldos ou sopas.
- **Fatiar ou ralar em pequenas porções** permite assegurar um melhor resultado final e evitar excesso de quantidade no recipiente da mandolina. Para otimizar o seu tempo, pese todos os ingredientes antes de começar a fatiar ou ralar. Não se esqueça de que o recipiente da mandolina tem capacidade para, aproximadamente, 800 g de fruta ou legumes fatiados ou ralados.
- **Se necessitar de fatiar e ralar diferentes tipos de ingredientes**, e para evitar ter de virar o disco reversível várias vezes, corte primeiro todos os ingredientes que necessitam do mesmo lado do disco, antes de o virar para o outro lado.



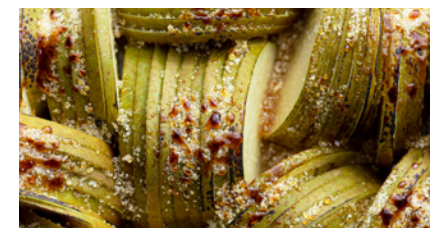
Os rabanetes cortados em rodela finas são perfeitos para uma salada.



Rale finamente as batatas para preparar röstis.



A cenoura ralada grosseiramente é ideal para sopas e salteados.



A fruta cortada em fatias/rodela grossas é perfeita para travessas de fruta e tábuas de queijos.

Um guia para cortar ingredientes

A Mandolina Bimby® fatia e rala rápida e facilmente uma grande variedade de legumes, frutas e outros ingredientes para as suas criações culinárias. Para obter bons resultados, escolha sempre alimentos firmes ao toque (em particular o tomate, o abacate ou a manga), caso contrário estes poderão ficar desfeitos em vez de cortados.

LEGUMES — FRESCOS E FIRMES

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Abóbora	Cortada em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Aipo	Apenas os talos.	Fatias grossas e finas	Coloque 4-5 talos juntos no bocal da mandolina.
Alho-francês	Apenas as partes firmes; não utilizar a parte superior verde.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte estreita ou larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 28). Posicionados lado a lado na vertical, pode fatiar mais do que um alho-francês ao mesmo tempo.
Batata	Cortadas em metades ou aparadas, de modo a caberem no bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina. As batatas pequenas podem ser colocadas na vertical ou na horizontal.
Batata-doce	Descascadas ou raspadas, e, se necessário, aparadas, para caberem na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Beringela	Cortada longitudinalmente em metades ou quartos.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina. Para cortar rodelas, são particularmente adequadas beringelas pequenas e estreitas.
Beterraba	Beterraba crua ou cozida, lavada, descascada e aparada, se necessário. Beterrabas grandes cortadas ao meio ou em quartos.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Coloque a beterraba na parte larga do bocal da mandolina.

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Bolbo de aipo	Descascado, cortado em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas Ralado fino e grosso	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 28).
Cebola	Cebolas grandes cortadas ao meio ou cortadas verticalmente em 3 cunhas.	Fatias finas e grossas Ralada grossa	Coloque cada metade de cebola o mais verticalmente possível, para obter fatias uniformes. Ligue a Bimby® e pressione levemente com o empurrador da mandolina (consulte a imagem na pág. 29).
Cebolo (spring onion)	Apenas as partes firmes, não utilizar a parte superior verde.	Fatias grossas	Insira 3-4 cebolos na vertical, na parte estreita do bocal da mandolina.
Cenoura	Com casca, descascadas ou raspadas.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Para fatiar, coloque verticalmente no bocal da mandolina. Posicionadas lado a lado na vertical, pode fatiar mais do que uma cenoura ao mesmo tempo.
Chalota	Inteiras ou cortadas ao meio.	Fatias finas e grossas	Coloque verticalmente na parte larga ou estreita do bocal da mandolina.
Cogumelos	Utilizar cogumelos do mesmo tamanho, que caibam na parte estreita do bocal da mandolina, limpos e com os caules removidos. Se os cogumelos forem demasiado grandes para o bocal estreito, empilhe vários, todos na mesma posição, na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas	Encha o bocal da mandolina com vários cogumelos sobrepostos de lado antes de ligar o motor (consulte a imagem na pág. 29). Utilize o empurrador da mandolina sem fazer pressão, para que as fatias fiquem uniformemente cortadas.
Couve-branca	Cortada em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina.

LEGUMES — FRESCOS E FIRMES
(continuação)

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Couve-chinesa	Cortada em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina, ou enrolada e colocada na vertical no bocal da mandolina.	Fatias grossas	Coloque as cunhas ou as folhas enroladas verticalmente na parte larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 28).
Couve pak choi	Escolha couves <i>pak choi</i> pequenas e corte-as em metades ou em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Couve-roxa	Cortada em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina e com o núcleo rijo removido.	Fatias finas e grossas	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Couve-de-bruxelas	Inteiras.	Fatias finas e grossas	Sobreponha várias couves-de-bruxelas, enchendo o bocal da mandolina, e rode o botão de programação para iniciar.
Couves (por exemplo, couve-portuguesa, repolho)	Com o núcleo removido, para obter as folhas e caules inteiros. As folhas maiores enroladas firmemente e o núcleo cortado em cunhas.	Fatias finas e grossas	Coloque verticalmente no bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 28).
Curgete	Com as extremidades cortadas, de forma que a curgete fique assente sobre o disco reversível.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Feijão-verde	Com as extremidades cortadas, de modo que fiquem todos com o mesmo comprimento.	Fatias grossas	Insira um pequeno molho de feijão-verde na parte estreita do bocal da mandolina.
Funcho	Cortado ao meio ou em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina, se necessário.	Fatias finas e grossas	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 28).

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Nabo	Descascado ou raspado, cortado ao meio ou em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias finas e grossas Ralado fino e grosso	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Pastinaca	Com casca, descascada ou raspada.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Coloque verticalmente no bocal da mandolina. Pode fatiar mais do que uma pastinaca ao mesmo tempo, posicionando-as na vertical lado a lado.
Pepino	Com as extremidades cortadas, de forma que o pepino fique assente sobre o disco reversível.	Fatias finas e grossas Ralado fino e grosso	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Pimento	Cortados em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina, sem sementes e membranas.	Fatias grossas	Coloque 2-3 cunhas ao mesmo tempo na parte larga do bocal da mandolina, de modo a não se deslocarem lateralmente (consulte a imagem na pág. 29).
Rábano	Inteiro ou cortado ao meio longitudinalmente, de modo a caber no interior do bocal da mandolina, e raspado.	Fatias finas e grossas Ralado fino e grosso	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Rabanetes	Inteiros.	Fatias finas e grossas Ralado grosso	Se os rabanetes forem demasiado grossos para caberem na parte estreita, empilhe vários na parte larga do bocal da mandolina e pressione com o empurrador. Os rabanetes compridos devem ser inseridos verticalmente na parte estreita do bocal da mandolina.
Raiz de gengibre	Demasiado fibrosa, fica esfarrapada. As fibras rijas vão ficar emaranhadas no disco de corte.	Não recomendado	Triture o gengibre no copo ou fatie manualmente.



1



2

Verduras (por exemplo, couve)

1. Remova a parte mais grossa, enrole as folhas exteriores grandes e corte o coração em metades ou cubos que caibam na parte larga do bocal da mandolina.
2. Corte o rolo em dois e aperte-o bem antes de o inserir verticalmente no bocal da mandolina. Corte em fatias finas ou grossas.



Bolbo de aipo

Corte em cunhas e coloque na parte larga do bocal da mandolina. Utilize qualquer corte do disco reversível.



Bolbo de funcho

Corte em cunhas ou metades que caibam na parte larga do bocal da mandolina e corte em fatias finas ou grossas.



Cogumelos

Sobreponha vários cogumelos, enchendo o bocal da mandolina. Rode o botão de programação para iniciar e utilize o empurrador sem fazer pressão.



Cebola

Corte em metades ou em 3 pedaços (longitudinalmente) e coloque na vertical, na parte larga do bocal da mandolina, para cortar em fatias finas ou grossas.



Pimento

Corte os pimentos em cunhas, remova as sementes e insira ao mesmo tempo 2 – 3 cunhas na vertical, na parte larga do bocal da mandolina.

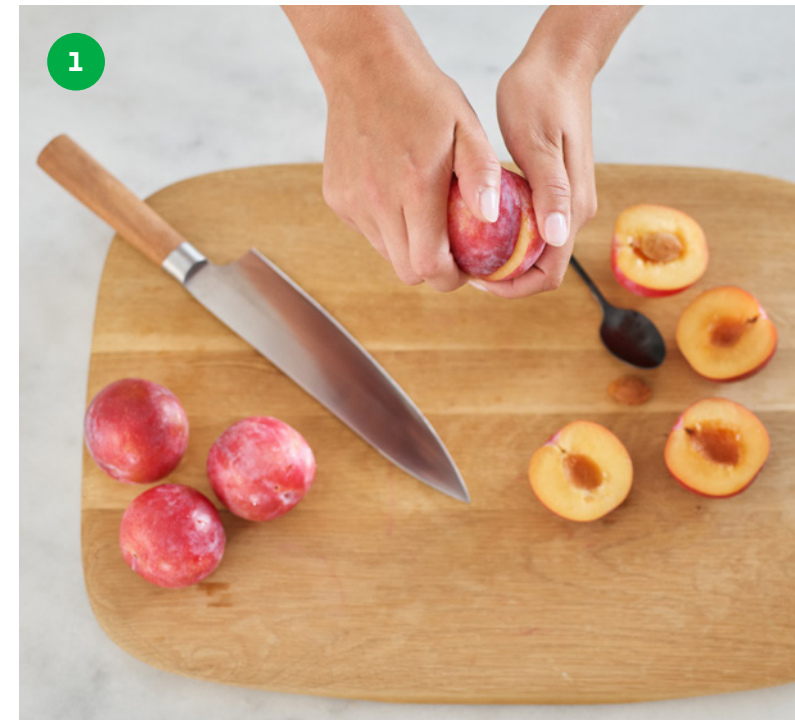
FRUTAS — FRESCAS E FIRMES

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Abacate	Descascado, sem caroço e cortado longitudinalmente ao meio. Utilizar apenas abacates firmes.	Fatias grossas	Para obter fatias em forma de meia-lua, coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 34).
Ameixas	Utilizar frutas firmes. Cortadas em metades ou em quartos e sem caroço. Para remover o caroço, utilizar uma faca afiada para cortar as ameixas ao longo do pedúnculo e em redor do caroço. Torcer as metades em direções opostas para separar a fruta do caroço e remover o caroço utilizando uma colher de chá. Se o caroço estiver muito agarrado, cortar duas fatias grandes até ao caroço (consulte as imagens na pág. 33).	Fatias grossas	Para obter um formato de meia-lua, coloque as metades verticalmente na parte larga do bocal da mandolina, ou 2-3 quartos ou cunhas, horizontalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Ananás	Descascado e cortado verticalmente em 4 ou 6 cunhas (com aprox. 200 g cada).	Fatias grossas	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 34).
Banana	Inteiras, descascadas, firmes, não demasiado maduras.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte estreita do bocal da mandolina.
Kiwi	Descascado ou com casca, inteiro. Firme ao toque.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Laranja	Demasiado grande para caber inteira no bocal da mandolina. Se for cortada ao meio, as fatias não ficam bem cortadas. O melhor resultado é obtido com laranja firme.	Se utilizar, corte apenas fatias grossas.	Os melhores resultados conseguem-se fatiando manualmente.

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Lima	Com casca, inteira. A casca deve estar rijá.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Limão	Apenas limões pequenos, que caibam na parte larga do bocal da mandolina. Com casca, inteiro. A casca deve estar rijá.	Fatias grossas	Coloque verticalmente na parte larga do bocal da mandolina.
Maçã	Descascada ou com casca, cortada ao meio, em quartos ou em cunhas. Madura, mas firme.	Fatias finas e grossas Ralada fina e grossa	Dependendo do tamanho da maçã, corte-a ao meio, em quartos ou em cunhas que caibam no bocal da mandolina. Apare as extremidades dos quartos e cunhas, se necessário. Para obter um formato de meia-lua, coloque as metades verticalmente na parte larga do bocal da mandolina, ou 2-3 quartos ou cunhas, horizontalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Melancia	Descascada e cortada em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias grossas	Insira uma cunha, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Melão	Descascado, sem pevides e cortado em cunhas que caibam na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias grossas	Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Morangos	Utilizar frutos firmes, inteiros e limpos.	Fatias grossas	Empilhe-os verticalmente na parte estreita do bocal da mandolina, ou horizontalmente na parte larga do bocal da mandolina e guie-os suavemente com o empurrador da mandolina para obter um bom resultado.

FRUTAS — FRESCAS E FIRMES
(continuação)

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Nectarina	Utilizar frutas firmes, cortadas ao meio ou em quartos, sem caroço. Para remover o caroço, utilizar uma faca afiada para cortar as nectarinas ao longo do pedúnculo e em redor do caroço. Torcer as metades em direções opostas para separar a fruta do caroço e remover o caroço utilizando uma colher de chá. Se o caroço estiver muito agarrado, cortar duas fatias grandes até ao caroço (consulte as imagens na pág. 33).	Fatias grossas	Para obter fatias em formato de meia-lua, coloque as metades verticalmente na parte larga do bocal da mandolina, ou 2-3 quartos ou cunhas, horizontalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Pera	Utilizar frutas firmes, cortadas em metades ou em quartos.	Fatias grossas Ralada grossa	Para obter fatias em formato de meia-lua, coloque as metades verticalmente na parte larga do bocal da mandolina, ou 2-3 quartos ou cunhas, horizontalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Pêssego	Utilizar frutos firmes, cortados em metades ou em quartos, sem caroço. Para remover o caroço, utilizar uma faca afiada para cortar os pêssegos ao longo do pedúnculo e em redor do caroço. Torcer as metades em direções opostas para separar o fruto do caroço e remover o caroço utilizando uma colher de chá. Se o caroço estiver muito agarrado, cortar duas fatias grandes até ao caroço (consulte as imagens na pág. 33).	Fatias grossas	Para obter fatias em formato de meia-lua, coloque as metades verticalmente na parte larga do bocal da mandolina, ou 2-3 quartos ou cunhas, horizontalmente, na parte larga do bocal da mandolina.
Tomate	Utilizar apenas tomate-chucha que caiba inteiro na parte larga do bocal da mandolina.	Fatias grossas	Posicione verticalmente na parte larga do bocal da mandolina (consulte a imagem na pág. 34).



**Ameixas, nectarinas
ou pêssegos**

1. Para remover o caroço, utilize uma faca afiada para cortar as nectarinas, ameixas e pêssegos ao longo do pedúnculo e em redor do caroço. Torça as metades em direções opostas para separar a fruta do caroço e remova o caroço utilizando uma colher de chá.
2. Se o caroço estiver muito agarrado, corte duas fatias grandes até ao caroço.
3. Se as duas metades forem suficientemente pequenas, coloque ambas no bocal da mandolina. Apare a base, de forma a assentarem completamente no disco reversível, antes de iniciar o motor.



Abacate

Firme ao toque, descascado, sem caroço e cortado longitudinalmente ao meio. Insira verticalmente na parte larga do bocal da mandolina e corte em fatias.



Kiwi

Utilize kiwis firmes ao toque, descascados ou não, que caibam inteiros na parte larga do bocal da mandolina.



Morangos

Para obter um bom resultado, utilize morangos firmes, inteiros e limpos.



Ananás

Descasque e corte verticalmente em 4 ou 6 cunhas (com 200 g cada aprox.). Insira uma cunha de cada vez, verticalmente, na parte larga do bocal da mandolina.



Tomate-chucha

Coloque o tomate-chucha inteiro, na vertical, na parte larga do bocal da mandolina e pressione o empurrador ao fatiar.

OUTROS INGREDIENTES

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Chocolate	Pode bloquear o disco reversível.	Não recomendado	Para fazer lascas, utilize uma faca afiada ou um descascador de legumes.
Ovos cozidos	Os ovos ficam presos no disco reversível e não são fáceis de fatiar.	Não recomendado	Fatiar à mão.
Queijos rijos (por exemplo parmesão)	Assegure-se de que o queijo está ligeiramente frio.	Fatias finas e grossas Ralado fino e grosso	Coloque verticalmente na parte estreita ou larga do bocal da mandolina.

Que tal umas fatias finas de queijo parmesão?

Queijos rijos

Coloque verticalmente na parte estreita ou larga do bocal da mandolina. Utilize qualquer corte do disco reversível.



Espiralizador

Bimby®

Dê asas à sua criatividade e apresente legumes em deliciosas espirais. Com o Espiralizador Bimby®, crie sem esforço esparguete ou *tagliatelle* de curgete em poucos segundos. Experimente com vários ingredientes e dê um toque único às suas receitas.



Como montar a caixa da lâmina e a base do espiralizador

O espiralizador é composto por diversas peças que estão apresentadas e descritas nesta página e na seguinte.

Uma vez montado, o espiralizador é colocado numa posição precisa no recipiente da mandolina, de modo a assegurar que a lâmina do espiralizador fique logo por baixo do bocal (ver ilustração 3, pág. 39).



Montagem da caixa da lâmina

Abra a caixa da lâmina pressionando ambas as patilhas no corpo inferior para soltar a parte superior da caixa. Coloque a lâmina na parte inferior, assegurando que fica corretamente posicionada (com a parte metálica virada para cima), e feche a caixa da lâmina; será audível um clique quando ficar corretamente fechada.



Inserir a caixa da lâmina na base

Posicione a caixa da lâmina na base do espiralizador, até ficar totalmente inserida.



Base do espiralizador completamente montada

O espiralizador está pronto para ser colocado no recipiente da mandolina. Para tal, as margens da parte mate da caixa da lâmina (V ao contrário) têm de estar alinhadas com o interior das pegas do recipiente, conforme a imagem. Para trocar as lâminas, remova a caixa da lâmina, soltando-a da base, e prossiga conforme indicado na página anterior.

Montagem em 2 passos simples

O que faz a lâmina do espiralizador

Escolha a lâmina de acordo com a receita que tem em mente.

Lâmina

1

Com a lâmina 1, vai obter espirais largas, semelhantes a *tagliatelle*.



Lâmina

2

Com a lâmina 2, vai obter espirais finas, semelhantes a *linguine* ou esparguete.

Como utilizar a Mandolina Bimby® com o espiralizador

Fácil de utilizar e de limpar, o espiralizador Bimby® prepara os ingredientes por si.

Montagem

1 Antes de montar o Espiralizador Bimby®, assegure-se de que o copo da Bimby® está bem inserido, corretamente posicionado na Bimby® TM6 ou na TM5 e vazio.



2 Coloque o eixo na lâmina do copo da Bimby® e certifique-se de que está corretamente montado. A base do eixo deve estar posicionada no centro da lâmina e o eixo deverá ficar na vertical.



3 Coloque o recipiente da mandolina no eixo. Este deverá aparecer através do orifício central do recipiente.



4 Insira a lâmina escolhida na caixa da lâmina, feche a caixa da lâmina e depois encaixe-a na base do espiralizador.



5 Coloque o espiralizador corretamente no recipiente da mandolina. Para tal, as margens da parte mate da caixa da lâmina (V ao contrário) têm de estar alinhadas com o interior das pegas do recipiente, conforme a imagem (ver ilustração 3, pág. 39). Isto vai assegurar o alinhamento da lâmina sob a parte larga do bocal.



6 Coloque a tampa da mandolina no recipiente da mandolina, com o bocal sobre a caixa da lâmina do espiralizador. As barras de bloqueio irão trancar a tampa da mandolina na devida posição quando o motor for ativado.



7 Prenda o ingrediente preparado ao empurrador do espiralizador.



8 Rode o botão de programação para iniciar e pressione suavemente o empurrador do espiralizador para baixo, através do bocal, até à lâmina do espiralizador.

A colocação correta do espiralizador e o posicionamento certo do ingrediente no empurrador do espiralizador são cruciais para obter bons resultados.

Como utilizar a Mandolina Bimby® para espiralizar na Bimby® TM6 ou na TM5

Com a Mandolina Bimby® e o espiralizador, está pronto para começar a espiralizar os seus ingredientes favoritos. Verá que o espiralizador é fácil de utilizar, quer siga uma Receita Guiada, quer opte por cozinhar manualmente.

A Mandolina Bimby® utilizada com o espiralizador é compatível com a Bimby® TM6 e com a TM5, e existem receitas disponíveis para cada versão da Bimby® no Cookidoo®.

Veja aqui como utilizar o espiralizador nos modelos compatíveis.

Na Bimby® TM6

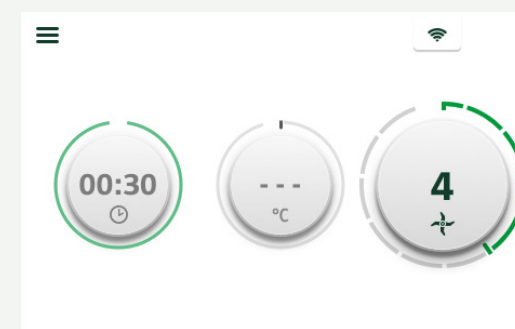
Toque no ecrã inicial para aceder ao modo Espiralizar. Lembre-se de que poderá obter explicações adicionais, tocando no ícone de informação na sua Bimby®.

Importante: o tipo de corte depende da lâmina inserida na caixa da lâmina, não do modo escolhido.



Prenda o ingrediente ao empurrador do espiralizador. Insira-o no bocal e depois rode o botão para iniciar. Pressione com o empurrador do espiralizador e depois toque no botão de programação para parar quando tiver acabado de espiralizar. Caso contrário, o modo de funcionamento para automaticamente após 30 segundos.

Na Bimby® TM5



Importante: regule sempre um tempo para no máximo 30 segundos, a fim de evitar um enchimento excessivo do recipiente, e utilize sempre a velocidade 4.

Tanto em corte fino como largo, a largura das espirais é determinada apenas pela lâmina escolhida. Ambas as lâminas são usadas do mesmo modo. Para evitar que os ingredientes fiquem pastosos ou presos na lâmina, limite o tempo de funcionamento a, no máximo, **30 segundos**, e coloque o botão de programação na **velocidade 4**.

É importante abrir a tampa para verificar o conteúdo do recipiente e esvaziá-lo, se necessário, antes de continuar. Quando terminar de espiralizar um ingrediente, verifique também se o resto do ingrediente ainda está preso ao empurrador. Se não estiver, remova-o cuidadosamente da lâmina antes de prosseguir. Estas verificações evitarão o bloqueio da lâmina e resultados insatisfatórios.

Se os ingredientes excederem o diâmetro da lâmina do espiralizador, utilize um descascador para os aparar, evitando assim potenciais bloqueios da lâmina devido a excesso de conteúdo. Utilize o empurrador do espiralizador para prender os pedaços aparados e insira-os no bocal. Pressione suavemente os ingredientes através do bocal com o motor a funcionar, para obter cortes uniformes e regulares.

Para obter os melhores resultados com a Mandolina Bimby®, siga sempre as instruções das Receitas Guiadas no Cookidoo®.

Dicas essenciais para espiralizar

Gostava de explorar novas formas de ingerir menos hidratos de carbono? E de servir pratos que parecem massas e têm a mesma consistência agradável *al dente*? Que tal fazer esparguete de curgete ou *tagliatelle* de batata-doce como substitutos de massas comuns? Espiralize a sua vida e redescubra novos legumes.

Uma forma nova e deliciosa de comer legumes.

É bom saber

Preparação do ingrediente

- **Antes de espiralizar**, prepare os seus ingredientes: descasque, se necessário, ou limpe muito bem os legumes e frutas. Deixe a casca, pois muitos dos nutrientes e vitaminas importantes estão na casca/pele.
- **As extremidades das frutas e legumes** devem ficar o mais planas possível. Se o ingrediente não estiver plano, poderá ser mais difícil prendê-lo ao empurrador do espiralizador, podendo ficar descentrado e resultando assim na obtenção de meias-luas ou de espirais irregulares. Se necessário, corte um pequeno pedaço para nivelar o ingrediente.
- **Para obter espirais de legumes perfeitas como massas**, a superfície do ingrediente presa ao empurrador do espiralizador deverá ter, no mínimo, 3 cm de diâmetro e, no máximo, 5 cm de diâmetro. Para obter espirais em vez de cortes curvos curtos, o ingrediente deverá ser o mais reto possível e ficar centrado na lâmina. Ingredientes de maior dimensão, como a abóbora-manteiga, necessitam de ser cortados com um formato circular para caberem no bocal. Guarde os restos comestíveis para utilizar na receita ou noutras preparações.
- **Ao espiralizar legumes grandes**, poderá obter tiras muito longas, que não serão fáceis de servir. Pode cortá-las, de preferência antes de as cozinhar, para obter tiras mais curtas. De um modo geral, os legumes com mais de 15 cm de comprimento precisam de ser cortados em segmentos com, no máximo, 10–11 cm.



O que espiralizar?

- **Quando utilizados para espiralizar**, as frutas e legumes devem ser firmes ao toque, e ter os caroços, pevides e núcleo removidos. A polpa da fruta deve ser densa e firme, e não sumarenta e macia.
- **Para conseguir os melhores resultados** e evitar esmagar os ingredientes e o emaranhamento das espirais na lâmina, as peças de fruta e legumes devem ter pelo menos 4 cm de comprimento e, no máximo, 10-11 cm de comprimento. Lembre-se disto quando comprar e preparar os seus ingredientes, para os escolher e cortar de forma a obter bons resultados.
- **Para pratos com uma bonita apresentação**, escolha os legumes de acordo com a sua textura, cor, sabor e valor nutricional preferível. Alguns dos ingredientes básicos para espiralizar são a curgete, a batata-doce, a batata, a abóbora-manteiga, o pepino, a pastinaca, a cenoura, a beterraba, a maçã e a pera.

Dicas gerais

- **Para evitar que o resto do ingrediente bloqueie a lâmina**, assegure-se de que ainda está preso ao empurrador quando acabar de espiralizar. Se não estiver, remova-o cuidadosamente da lâmina antes de prosseguir.
- **Planeie antecipadamente** e guarde as espirais de legumes preparadas no frigorífico ou congele-as para utilizar mais tarde. Para tal, forre um recipiente hermético de vidro ou de plástico com papel humedecido e feche-o. Os legumes espiralizados podem ser conservados durante 48 horas no frigorífico, embora possam enrijecer e perder sabor. Os legumes com um alto teor de água apenas se conservarão por 2 dias. As maçãs e as peras são difíceis de conservar, pois oxidam e escurecem depois de espiralizadas. As batatas espiralizadas conservam-se bem mergulhadas em água fria, num recipiente hermético no frigorífico, durante 48 horas.
- **Alguns legumes também podem ser espiralizados meio cozinhados ou semicocidos a vapor**, como, por exemplo, o aipo-rábano ou as cenouras. Para estes, é aconselhável espiralizar manualmente, utilizando a lâmina 1 (espirais finas) e a velocidade 2. Contudo, o tempo de cozedura dependerá da maturidade do legume. Os melhores resultados são obtidos com ingredientes crus.
- Ao espiralizar frutas e legumes, dependendo do tipo de legumes, poderá ficar com restos com formatos estranhos; não os deite fora. Em vez disso, aproveite-os para o seu *dip* de legumes favorito, ou corte-os em cubos e adicione-os a sopas, massas, pratos de arroz, saladas, omeletes, *muffins* ou batidos. Também os pode utilizar

para fazer purés para bebé. Guardados num recipiente hermético, poderá conservá-los durante 4 dias no frigorífico. Se utilizar maçãs ou peras, corte-as em cubos e adicione-as a uma sangria. No caso de pepinos, corte-os em cubos e congele-os numa cuvette de gelo para mais tarde fazer uma infusão de água. Também pode dá-los às crianças. Elas vão provavelmente gostar destes engraçados restos de espiralização. Em alternativa, utilize os restos imediatamente: coloque-os no copo, pique-os durante **3 seg/vel 5**, e adicione à receita que está a preparar.

- **Ao espiralizar ingredientes que oxidam facilmente**, como maçãs, banana-pão e peras, espiralize-os imediatamente antes de planear utilizá-los. Se necessário, salpique-os com umas gotas de limão.



Cozinhados para a família e crianças

Evitar molho aguado

- **Alguns ingredientes, como o pepino, são essencialmente compostos por água** que se libertará se ficarem demasiado tempo à espera antes de serem servidos. Aqui estão algumas dicas para limitar a quantidade de água libertada:
 - Seque um pouco os legumes com papel de cozinha ou com um pano de cozinha limpo, depois de espiralizados.
 - Reduza o molho antes de o adicionar aos seus legumes espiralizados.
 - Se possível, adicione ao seu prato ingredientes que absorvam o líquido em excesso, como, por exemplo, feijão cozido, pão ralado/miolo de pão integral. Cozinhe as massas de legumes separadamente e escorra-as bem antes de adicionar ao molho.
- Em vez de transferir o conteúdo do copo para um prato, remova as espirais cozidas com uma pinça para massas, permitindo assim que qualquer excesso de líquido esorra para dentro do copo.
- Para cozinhar legumes espiralizados, opte por tempos de vaporização curtos; já as espirais de batata podem ser efetivamente fritas. Quanto a outros legumes é preferível serem salteados, para evitar que as tiras delicadas fiquem queimadas. Evite mergulhar as espirais em água durante a cozedura, para evitar que fiquem excessivamente cozidas e conseguir a textura desejada sem água em excesso.

Um guia para espiralizar ingredientes

Com o Espiralizador Bimby®, pode espiralizar rápida e facilmente uma série de frutas e legumes. Dependendo da sua localidade, poderá ter acesso a frutas e legumes locais que não estarão disponíveis noutras regiões e vice-versa. Se tiver dúvidas relativamente a um ingrediente, consulte as tabelas abaixo para determinar se o mesmo pode, ou não, ser espiralizado.

OS MELHORES LEGUMES PARA ESPIRALIZAR

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Abóbora	Escolher uma abóbora com um formato o mais uniforme possível. Descascada e cortada para caber no bocal. Núcleo fibroso removido.	Fino ou largo	Para obter formatos de espiral bonitos, é importante cortar a abóbora em formato circular, de modo a caber no bocal.
Abóbora-manteiga	Descascada, extremidades cortadas. Cortada em formato redondo que caiba no bocal.	Fino ou largo	Se não for cortada em formato redondo, obtêm-se espirais retangulares em vez de tiras longas.
Aipo-rábano	Descascado, extremidades cortadas. Se necessário, cortado em formato redondo, de modo a caber no bocal.	Fino	Dependendo da firmeza, um corte grosso poderá partir o aipo-rábano em pedaços e não produzir espirais contínuas.
Batata-doce	Com casca (bem lavadas) ou sem casca. Extremidades cortadas. Se necessário, cortar para caber no bocal.	Fino ou largo	Dependendo da firmeza, um corte grosso poderá partir a batata-doce em pedaços e não produzir espirais contínuas.
Batata	Variedade firme. Com casca (bem lavadas) ou sem casca. Extremidades cortadas. Se necessário, cortar para caber no bocal.	Fino ou largo	Para evitar espirais curtas e obter espirais longas, não cortar as batatas ao meio, mas sim em formato circular, para terem a mesma largura que a lâmina. Se possível, escolher batatas mais velhas.
Beterraba	Descascada, extremidades cortadas. Cortada em formato redondo que caiba no bocal.	Fino ou largo	Escolher beterrabas pequenas ou médias. (ver imagem na pág. 52)
Cenoura	Grandes, firmes, uniformes. Descascadas, extremidades cortadas. Cortar em segmentos que não sejam mais compridos que o empurrador. Utilizar cenouras com o diâmetro certo para caberem no bocal (Ø 5 cm, pelo menos). Se forem mais pequenas, o resultado será uma mistura de espirais longas e curtas.	Fino ou largo	Dependendo da firmeza, o corte em espirais largas poderá partir a cenoura em pedaços e não produzir espirais contínuas.

Curgete



Com uma faca afiada, corte as curgetes em formato circular, de modo a caberem no bocal.



Corte ambas as extremidades da curgete para obter uma superfície o mais plana possível.



Corte as curgetes em segmentos que não sejam mais compridos que o empurrador.

Cenouras



Utilize cenouras com, pelo menos, 5 cm de diâmetro, e que caibam no bocal.



Não deite os restos fora. Corte-os em cubos e adicione-os a sopas, massas, pratos de arroz ou saladas. Também os pode utilizar para fazer purés para bebé.

Beterraba

Para evitar meias-luas e conseguir uma maior quantidade de espirais, escolha beterrabas de tamanho pequeno ou médio. Com beterrabas pequenas, obterá espirais mais curtas. Isto é válido para ambas as lâminas.



Talos de brócolos

Escolha talos moderadamente tenros. Se necessário, utilize um descascador de legumes para remover a parte exterior mais dura.



Pepino



Espirais de 10 cm podem ser um pouco difíceis de servir e dividir em porções. Uma vez espiralizado o pepino, corte as espirais com uma tesoura antes de as guarnecer. Pode cortar secções pequenas ou pegar num molho de espirais e cortar à sua vontade. De qualquer das formas irá obter espirais de tamanho regular, que são mais fáceis de repartir pelos pratos e comer.



Os pepinos são compostos por 95% de água. Seque-os com papel de cozinha. Coloque as espirais sobre duas folhas de papel de cozinha, cubra com mais duas folhas de papel e pressione suavemente para que a humidade seja absorvida. Poderá ser útil repetir este processo duas vezes.

OS MELHORES LEGUMES PARA ESPIRALIZAR (continuação)

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Couve-rábano	Descascada, extremidades cortadas. Cortada em formato redondo que caiba no bocal.	Fino	Remover a parte fibrosa para evitar que prenda na lâmina.
Curgete	Extremidades cortadas. Se necessário, cortadas em formato redondo, de modo a caber no bocal.	Fino ou largo	Para evitar espirais curtas e obter espirais longas, não cortar a curgete ao meio e sim em segmentos com um comprimento não superior ao do empurrador. As curgetes mais estreitas são melhores para evitar demasiado desperdício. (ver imagem na pág. 51)
Pastinaca	Grande e firme. Descascada, extremidades cortadas. Se necessário, cortar para caber no bocal.	Fino ou largo	Dependendo da firmeza, um corte grosso poderá partir a pastinaca em pedaços e não produzir espirais contínuas.
Pepino	Muito firme, com casca, extremidades cortadas. Inteiro, se couber no bocal. Cortado ao meio, se for demasiado grande. Sem pevides e bem seco, para remover o excesso de humidade (ver imagem na pág. 52). Se for cortado ao meio, é aconselhável um corte em espirais finas para obter os melhores resultados.	Fino ou largo	Ao escolher um pepino, é preferível optar pelos jovens e firmes, a fim de evitar um núcleo húmido.
Rábano	Firme, extremidades cortadas, com casca e bem lavado. Se necessário, cortar para caber no bocal.	Fino ou largo	Dependendo da firmeza, um corte largo poderá partir o rábano em pedaços e não produzir espirais contínuas.
Rutabaga	Descascada, extremidades cortadas. Se necessário, cortar para caber no bocal.	Largo	Dado que é um legume rijo, mas succulento, a lâmina 2 (espirais finas) não conseguirá um corte contínuo.
Talos de brócolo	Descascados para tornar a superfície uniforme. Partes fibrosas removidas.	Fino ou largo	Melhores resultados com a lâmina 1. Crus, são deliciosos para adicionar a saladas. (ver imagem na pág. 52)

AS MELHORES FRUTAS PARA ESPIRALIZAR

Ingrediente	Descrição	Tipo de corte	Dicas
Banana-pão	Descascada, extremidades cortadas. Partes fibrosas removidas.	Fino	(ver imagem na pág. 55)
Maçã	Com casca, bem lavada, sem caule. Extremidades cortadas. Cortada de modo a caber no bocal.	Fino ou largo	Escolher variedades de maçãs mais firmes e menos sumarentas (por exemplo, <i>granny smith</i>). Não cortar as maçãs em metades. (ver imagem na pág. 55)
Pera	Muito firme, descascada ou não, cuidadosamente lavada se não for descascada, sem caule. Extremidades cortadas. Cortada ao meio ou em 3 fatias dependendo da sua espessura de modo a caber no bocal.	Fino	Escolher variedades mais firmes e menos sumarentas. Dependendo da firmeza, um corte grosso pode partir a pera em pedaços e não produzir espirais contínuas.

Banana-pão



Devido à sua textura fibrosa, um corte grosso poderá partir a banana-pão em pedaços e não produzir espirais contínuas. Experimente cortar a banana-pão em segmentos (com, no mínimo, 4 cm de comprimento) para obter resultados melhores.



Para evitar que as espirais de banana-pão oxidem, corte-as em segmentos, coloque-as num saco com fecho, adicione-lhes sumo de limão e sele. Agite suavemente os segmentos, de forma a ficarem todos cobertos de sumo de limão, e utilize assim que possível.



Maçã

Dependendo da firmeza, um corte grosso poderá partir a maçã em pedaços e não produzir espirais contínuas.

Desmontagem e limpeza do disco da mandolina e das lâminas do espiralizador

Desmontar a mandolina e o disco da mandolina

O empurrador da mandolina fica fixo após concluído o corte ou ralação. Isto permite que o mesmo permaneça na sua posição quando remover a tampa.

Para tornar o manuseamento mais fácil, o disco permanecerá dentro da tampa quando esta for levantada, permitindo remover facilmente os ingredientes do recipiente da mandolina.

Quando estiver pronto, remova o recipiente da mandolina e o eixo. E é tudo, o copo da Bimby® está limpo e pronto a usar.

O disco reversível e as lâminas do espiralizador são elementos muito afiados. Mantenha estas peças longe do alcance das crianças.



Para remover o disco reversível, remova primeiro o empurrador, antes de remover a tampa da mandolina. Segure o disco reversível pela parte central, para o remover.

Desmontar a base do espiralizador



1 Para desmontar o espiralizador, remova a tampa e o empurrador. O espiralizador continuará preso à tampa. Puxe cuidadosamente o espiralizador, rodando-o suavemente.



2 Para desmontar a caixa da lâmina, pressione o pequeno cilindro saliente para fora com o polegar. Abra a caixa da lâmina, pressionando ambas as patilhas no corpo inferior da caixa, para soltar a parte superior da parte inferior da caixa. Remova a lâmina.

Limpar o disco da mandolina e as lâminas do espiralizador

Segure o disco reversível sempre pela parte central de plástico e manuseie as lâminas do espiralizador pelos lados, a fim de evitar o contacto com as arestas afiadas. Uma lavagem rápida em água corrente com uma escova é o suficiente para limpar as diferentes peças da Mandolina Bimby®. É aconselhável desmontar o espiralizador antes de o limpar.

Se for necessária uma limpeza mais minuciosa, como após o corte ou ralação de queijo, utilize detergente da loiça.

A Mandolina Bimby® pode ser lavada na máquina de lavar loiça. Desmonte todos os componentes e coloque-os, de preferência, no recipiente superior da máquina de lavar loiça. Embora o disco reversível e as lâminas do espiralizador possam ser lavados na máquina de lavar loiça, uma limpeza manual irá contribuir para manter o disco e as lâminas afiados durante muito tempo. Evite deixar o disco e as lâminas do espiralizador imersos, a fim de evitar oxidação.

Alguns ingredientes ricos em betacaroteno, tais como as cenouras, podem manchar as peças de aço da Mandolina Bimby®. Para remover essas manchas de forma eficiente sem danificar o disco, esfregue as peças manchadas com óleo vegetal, utilizando uma bola de algodão ou papel absorvente e, em seguida, lave-as normalmente com água e detergente. Quando fizer isto, certifique-se sempre de que manuseia o disco agarrando-o pela peça central de plástico. Não utilize lixívia para lavar quaisquer peças da Mandolina Bimby®.

Receitas para inspiração quotidiana

É possível fatiar, ralar ou espiralizar uma grande variedade de ingredientes na Mandolina Bimby®.

Utilize a mandolina para cortar em fatias finas ou grossas e ralar legumes, tubérculos, frutas ou queijos rijos (por exemplo, parmesão), bem como para criar guarnições ou recheios de pizzas, travessas de fruta, gratinados e muitos outros pratos com rapidez, facilidade e precisão.

Utilize o espiralizador para fazer esparguete de curgete e cenoura, bem como para fazer espirais de outros legumes. Diretamente das nossas cozinhas na Bimby®, aqui estão as nossas dicas para um sucesso garantido com a Mandolina Bimby®.

Aproveite ao máximo estes três tipos de corte e transforme receitas comuns em pratos lindos.



Fatiar



Ralar



Espiralizar





Salada de pera e queijo azul com avelãs

Fatie as peras e a alface chicória com a Mandolina Bimby® e impressione os seus amigos com esta salada nutritiva e saborosa.

A pera e o queijo azul formam uma combinação clássica de sabores, que pode servir como entrada ou como refeição leve, criando um prato incrivelmente simples.



Carpaccio de beterraba

O *carpaccio* consiste num método de corte fino para obter o máximo de sabor. Neste caso, fatias finas de beterraba são complementadas com curgete ralada e queijo mozarela, resultando num prato extremamente fácil de confeccionar.



Batatas fritas onduladas com molho de alho

Ceda à tentação irresistível de umas batatas fritas estaladiças, douradas e deliciosamente condimentadas. Como acompanhamento ou como *snack*, vai adorar estas batatas!



Rösti bearnês

Este prato delicioso é fácil de preparar na Mandolina Bimby®.

Rale as batatas em poucos minutos e confecione este acompanhamento muito apreciado, ideal para servir num *buffet*, jantar ou *brunch*.



Salada de cenoura ralada

Torne os seus pratos principais e saladas mais coloridos e apetitosos com um acompanhamento de cenouras perfeitamente raladas. Guarneça com o seu molho favorito e desfrute!



Pickles de cenouras espiralizadas

Faça os seus próprios pickles de cenoura em casa, ao natural e sem conservantes artificiais. Em alternativa às tradicionais rodela de cenoura, sugerimos este efeito espiralado para um toque adicional de criatividade. Sirva como *snack* ou como saboroso acompanhamento de pratos de carne, sanduíches ou saladas.



Salada coleslaw

A mandolina faz o trabalho difícil de fatiar e ralar os ingredientes que compõem esta salada clássica. Os seus legumes ficam preparados em poucos minutos, demorando muito menos tempo do que se os cortasse manualmente.



Buddha bowl com frango

Crie num instante o seu próprio *Buddha bowl* com os seus ingredientes favoritos. Com uma base de arroz e frango desfiado, este prato é enriquecido com abacate, tomate e pepino, tudo perfeitamente cortado, graças à mandolina. Servido com iogurte e molho de coentros, é uma refeição completa perfeita.



Batata gratinada

Não precisa de perder tempo a cortar batatas para as suas receitas! Com a mandolina, escolha simplesmente se prefere as batatas em rodela finas ou grossas e já está. As batatas gratinadas clássicas são ainda mais fáceis de preparar!

Se necessitar de um saboroso acompanhamento, esta é a escolha perfeita.



Galette de ratatouille

Só de olhar abre o apetite. Esta é a magia da mandolina: torna tudo ainda mais apelativo! Estes legumes perfeitamente fatiados são dispostos numa espiral de diferentes cores, sobre uma estaladiça massa amanteigada. Esta galette vai seguramente impressionar os seus convidados à mesa.



Ovos no forno com legumes espiralizados

Saudável e criativa, esta receita utiliza legumes espiralizados para criar um ninho colorido para um ovo nutritivo e delicioso.

Perfeita para o *brunch* de domingo, e muito rápida de preparar com o espiralizador.



Espiraís de curgete e frango com parmesão e limão

Esta receita sugere uma forma diferente de consumir curgetes – em formato de espiral. Graças ao espiralizador, é muito fácil transformar um legume comum numa opção criativa e saborosa. Ideal para a cozinha quotidiana, estas espirais de curgete são uma fantástica alternativa, pobre em hidratos de carbono, às massas tradicionais.



Espirais de pera com creme de chocolate

Uma sobremesa única e deliciosa! Utilizando o espiralizador, pode transformar peras frescas e sumarentas em delicadas espirais, adicionando um toque de elegância à sua sobremesa. Distribuídas sobre um creme de chocolate, estas espirais de pera criam um casamento perfeito do doce da fruta com a riqueza delicada do cacau.



Travessa de fruta com molho de limão e mel

Fresca, cheia de sabor e pronta em menos de 15 minutos, é perfeita para os dias quentes de verão, para piqueniques na praia ou para os miúdos comerem depois da escola. Experimente utilizar as suas frutas favoritas para criar uma travessa perfeita para si e para a sua família.



Tarte de maçã

A clássica tarte de maçã tornou-se ainda mais fácil de preparar, pois a tarefa de fatiar as maçãs é agora assumida pela mandolina. Basta colocar a maçã sobre a massa e dar asas à sua imaginação para guarnecer como mais lhe agradar. Sirva com chá nas tarde frias de inverno ou com gelado num dia de primavera.



Bolo de maçã espiralizada

Criatividade e sabor são os elementos de destaque desta receita. Esta incrível sobremesa composta por camadas é ideal para as ocasiões em que deseja impressionar à mesa. Uma apresentação fantástica de maçãs espiralizadas que vai certamente tornar-se uma das opções favoritas da sua família.

Fotografia e styling

Antonio Forjaz Nascimento, Portugal,
págs. 2, 7 (em cima, à esquerda), 14, 15, 22, 28,
29, 33, 34, 35, 60, 61, 61, 66, 67, 68, 69, 72 e 73.

Diana Moschitz, Vorwerk International, capa,
págs. 7 (em baixo, à direita), 10, 23, 34
(as duas inferiores), 46, 62, 64, 70, 71 e 74.

iStock, pág. 11 (legumes isolados)

Premier Picture, Portugal, págs. 4, 16, 17, 21, 56 e 59.

Ana Teixeira, Nantes, França, capa, págs. 6, 11, 12,
36, 40, 41, 42, 43, 47, 48, 49, 51, 52, 55 e 57.



A marca nominativa Bluetooth® e os logotipos são marcas comerciais registadas pertencentes à Bluetooth SIG, Inc. Qualquer utilização destas marcas nominativas e logotipos por parte da Vorwerk Elektrowerke GmbH & Co. KG está sujeita a licença.

