bimby

Guia Prático do Protetor da Lâmina e Descascador

VORWERK

Introdução ao Guia Prático do Protetor da Lâmina e Descascador

Há décadas que a Bimby® torna a confeção de refeições uma tarefa fácil para famílias em todo o mundo. Concebido para tornar a sua Bimby® uma aliada nos modos de cozinhar sous-vide e slow cooking, agora o Protetor da lâmina e descascador vai ajudá-lo diariamente na sua cozinha.

Complementado com uma função de descascador, o protetor da lâmina e descascador irá aliviar significativamente o esforço de preparação da refeição e permitir-lhe economizar tempo, de modo a poder dedicar a sua atenção a outras coisas. Desfrute poder chegar a casa e descontrair no sofá, lendo ou brincando com as crianças, enquanto a refeição está a ser cozinhada pela sua Bimby®.

Estas funções adicionais da Bimby® proporcionam-lhe mais tempo livre. Os modos sous-vide e slow cooking são perfeitos para preparar refeições antecipadamente. Estas refeições que se derretem na boca poderão esperar até a sua família ou convidados estarem prontos para iniciar a refeição, sem ficarem excessivamente cozidas. E o descascador vai-lhe permitir ficar com as mãos livres e limpas para fazer outras coisas. Deixe a Bimby® aliviar o esforço de cozinhar.

Introdução ao slow cooking

O agradável cheiro de um jantar que coze lentamente, os aromas ricos e a promessa de uma refeição nutritiva é um dos confortos do lar.

As receitas de slow cooking preparam-se rapidamente e cozem lentamente, reduzindo assim o *stress* da preparação da refeição nos períodos mais movimentados do dia. Isto é particularmente conveniente num dia de semana agitado, ou no fim-de-semana, para tornar mais fácil a tarefa de cozinhar para aqueles que ama. Prepare tudo e comece a preparar antecipadamente a receita "slow cook": Quando chegar a hora da refeição não terá de estar o tempo todo na cozinha.

Carnes menos tenras derretem-se, suculentas e macias, após um slow cooking com a Bimby®. E, graças ao protetor da lâmina, esses pedaços tenros permanecerão intactos ao serem suavemente mexidos, protegidos de um contacto direto com a lâmina.

CACHAÇO DE BORREGO EM SLOW COOKING

Qualquer que seja o corte da carne, através do modo slow cooking obterá sempre uma textura tenra e macia.

Slow cooking
Instruções

Instruções

Escolha ingredientes frescos ou congelados para o slow cooking, de acordo com a sua receita. Se utilizar ingredientes congelados, descongele completamente a carne, aves ou legumes congelados antes de os cozinhar. Desta forma garante que o calor chegue ao centro dos ingredientes e os aqueça na totalidade.

Para assegurar uma cozedura uniforme, corte os ingredientes em pedaços com aproximadamente o mesmo tamanho e espessura. Tempere ou marine os pedaços. Retire a gordura da carne antes de a cozinhar lentamente para garantir um resultado mais saudável, mantendo a carne saborosa.

Insira o protetor da lâmina no copo, conforme ilustrado nas instruções. Coloque os ingredientes preparados no copo da Bimby®, distribua sobre o protetor da lâmina uniformemente. Adicione os temperos, por exemplo, especiarias, ervas aromáticas e outros ingredientes, no início da receita.

Adicione líquido, por exemplo, caldo ou molho, para cobrir os ingredientes, mas sem submergir os ingredientes.

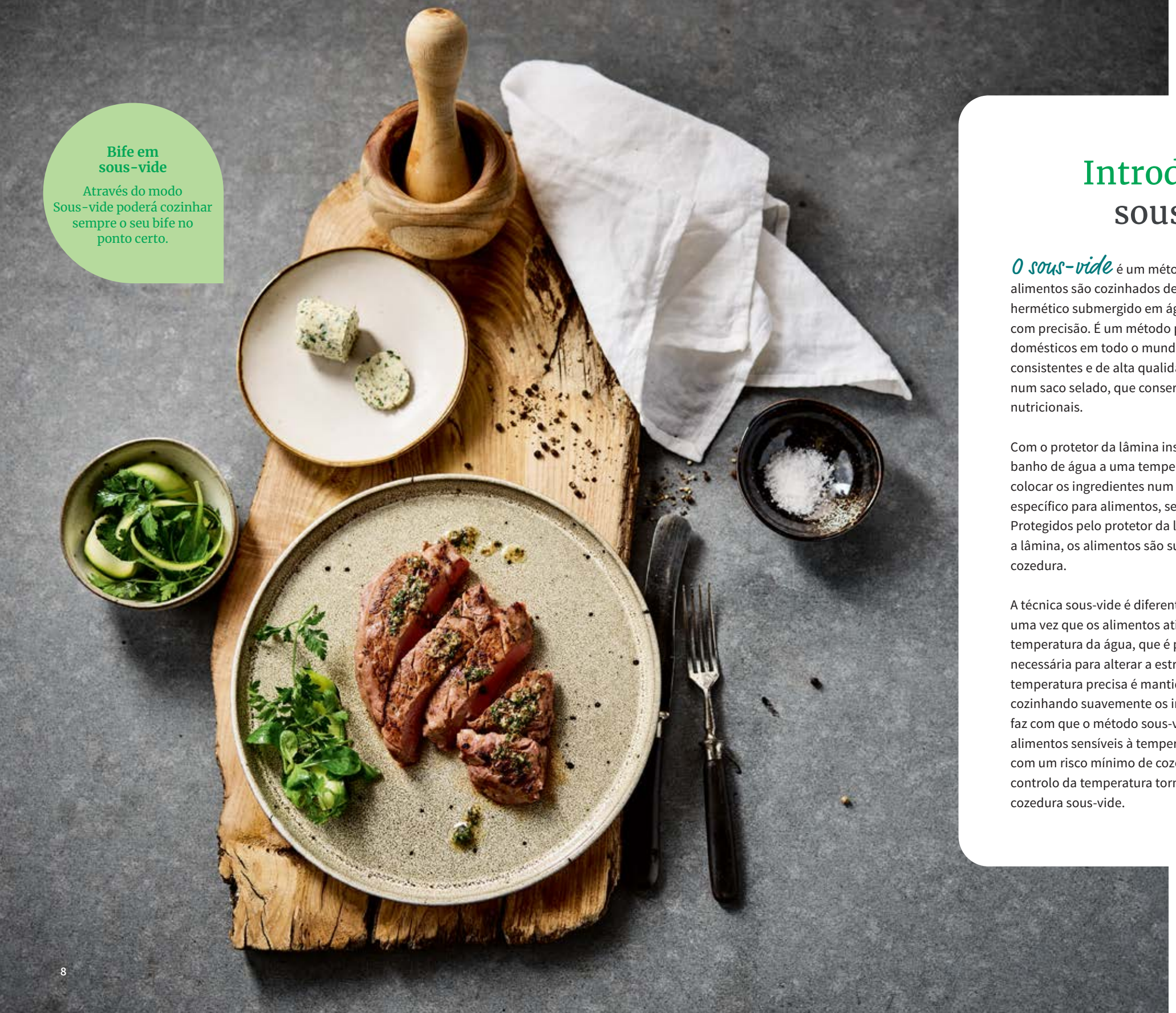
Note que a quantidade de líquido não sofre redução durante o slow cooking como sucede com outros métodos, por isso não utilize uma quantidade excessiva.

Regule a temperatura de acordo com a sua receita e siga as instruções no ecrã. Pode adicionar massa ou arroz no final da cozedura e cozinhá-los, utilizando o processo de cozedura normal.

Os ingredientes frescos que necessitam de pouco tempo de cozedura como, por exemplo, espinafres, brócolos, ervilhas e curgetes podem ser adicionados no final, tal como as ervas frescas. Misture o leite, as natas e o queijo-creme no final da cozedura de forma a manter as suas propriedades e a sua textura.

Para engrossar um molho na sua receita de slow cooking:

- Adicione 10 g de farinha no início da receita e deixe engrossar na cozedura.
- Misture 15 g de amido de milho com 15 g de água fria para obter uma massa que deverá adicionar no final da cozedura e deixar ferver lentamente.
- Adicione polpa de tomate.
- Não coloque na tampa o copo medida e reduza o molho durante **10 min/Varoma/ /vel 1.**



Bife em sous-vide

Através do modo Sous-vide poderá cozinhar sempre o seu bife no ponto certo.

Introdução ao sous-vide

O sous-vide é um método de cozedura no qual os alimentos são cozinhados dentro de um saco de plástico hermético submergido em água a uma temperatura controlada com precisão. É um método popular entre chefes e cozinheiros domésticos em todo o mundo devido aos seus resultados consistentes e de alta qualidade. Os alimentos são cozinhados num saco selado, que conserva todos os aromas e benefícios nutricionais.

Com o protetor da lâmina inserido no copo, a Bimby® aquece o banho de água a uma temperatura exata. O utilizador deve colocar os ingredientes num saco resistente ao calor e específico para alimentos, selá-lo e colocá-lo no copo. Protegidos pelo protetor da lâmina contra contacto direto com a lâmina, os alimentos são suavemente mexidos durante a cozedura.

A técnica sous-vide é diferente de outras formas de cozinhar uma vez que os alimentos atingem exatamente a mesma temperatura da água, que é precisamente a temperatura necessária para alterar a estrutura dos alimentos. A temperatura precisa é mantida durante o tempo de cozedura, cozinhando suavemente os ingredientes. Esta cozedura suave faz com que o método sous-vide seja ideal para preparar alimentos sensíveis à temperatura, como o peixe ou um bife, com um risco mínimo de cozedura excessiva. A precisão no controlo da temperatura torna a Bimby® perfeita para a cozedura sous-vide.

Sous-vide Instruções

Para preparar uma receita em sous-vide (a vácuo), os alimentos devem ser selados num saco de plástico hermético. Existem dois métodos para o fazer: com um selador a vácuo ou através do método de imersão em água, ambos descritos nesta página. Os sacos sous-vide são fabricados num material que é seguro para aquecer alimentos dentro dos mesmos. Os sacos de plástico em polietileno para sanduíches não são adequados. Um saco para sous-vide de tamanho médio deverá adaptar-se a todas as receitas neste manual. Se vai utilizar o sistema de imersão em água, opte por um saco com sistema de bloqueio por fecho. Se pretender adicionar uma marinada às suas receitas sous-vide, opte pelo método de imersão.

Preparação:

Corte as peças com mais ou menos o mesmo tamanho e espessura. Tempere os alimentos e depois coloque-os no saco. Coloque os alimentos o mais planos possível no saco e prima o saco para retirar todo o ar que puder.

Método com selador a vácuo:

Certifique-se de que a parte interior da abertura do saco está limpa quando o enche, para que sele bem. Insira a abertura no selador a vácuo seguindo as instruções do fabricante. Acione o selador a vácuo e remova o saco do selador. Certifique-se de que foi vedado.

Método de imersão em água:

Encha um recipiente grande com água. Coloque os alimentos num saco com fecho. Deixe uma abertura com cerca de 3 cm no fecho. Coloque o saco na água, com a abertura para cima. A água pressionará o ar para fora do saco. Continue até que apenas fique fora da água a abertura do saco e, antes de o submergir, feche completamente o saco.

Cozinhar no modo Sous-vide

Insira a o protetor da lâmina, como descrito nas instruções. Antes de aquecer a água, coloque os sacos preparados e selados no copo e cubra com água (certifique-se de que não excede a capacidade máxima de 2,2 litros). Retire os sacos e coloque-os de lado enquanto aquece a água.

Programe a Bimby® com a a temperatura desejada.

Assim que a água atingir a temperatura pretendida, coloque os sacos preparados com cuidado no copo e cozinhe. Verifique se os sacos ficam totalmente submersos durante a cozedura. Se cozinhar dois sacos ao mesmo tempo, certifique-se de que estão totalmente cobertos com água no copo.

Recomendamos que siga uma receita Bimby® semelhante, ou que consulte a quantidade de água e as temperaturas indicadas na tabela (consulte a pág. 26–31).

Servir

Retire os sacos com cuidado com uma tenaz. A maioria dos alimentos está pronta para ser servida de seguida. Se vai finalizar a receita na frigideira, seque bem o exterior dos alimentos, enquanto aquece a frigideira. Aloure muito rapidamente para evitar aumentar a temperatura da carne ou do peixe. Esta finalização permite uma textura crocante e um sabor leve a grelhado.

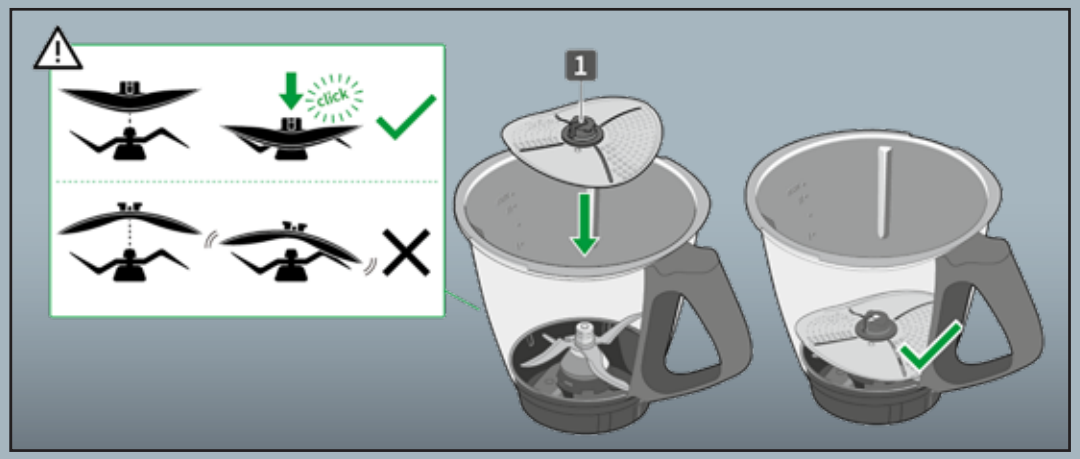
Introdução ao descascador

Cozinhar é ainda mais agradável sem confusão ou *stress*. É aí que a Bimby® entra em ação. Com o descascador, até a tarefa de descascar se torna fácil, permitindo-lhe desfrutar de mais tempo livre e libertando espaço na cozinha. O descascador permite descascar batatas de forma eficiente e limpa, sem deixar as mãos secas e sem sujar a bancada.

Protetor da lâmina e descascador
Instruções

Iusira o protetor da lâmina e descascador sobre a lâmina, **certificando-se de que as 2 curvas mais altas ficam sobre as pontas mais altas da lâmina** – veja a ilustração abaixo.

De seguida pressione o protetor da lâmina e descascador de forma a encaixá-lo na lâmina. Quando colocado corretamente, haverá uma leve resistência para removê-lo, não sairá facilmente.



Coloque no copo a quantidade de legumes por descascar mas não mais que 800 g de uma vez.

Para obter os melhores resultados, certifique-se que os legumes têm tamanho semelhante e que passam através do bocal da tampa. Legumes maiores deverão ser cortados em pedaços mais pequenos.

Adicione sempre 600 g de água independentemente da quantidade de legumes.

Na TM6, coloque a tampa e o copo medida e, em seguida, inicie o modo.

Na TM5, coloque a tampa, coloque o cesto em vez do copo medida e, em seguida, descasque **4 min/vel 4.**

Após o processo de descascar estar concluído, passe por água os legumes descascados, utilizando o cesto, e continue a sua receita.

Não desperdice a água utilizada para lavar os legumes. Recolha-a e reutilize-a para, por exemplo, regar plantas.

Tabela de Slow cooking

- Adicionar 30 g de sumo de limão ou 1 colher de sopa de ácido ascórbico à água para evitar oxidação.
- A quantidade de líquido indicada na tabela serve como referência. Os métodos de slow cooking não necessitam de tanto líquido como outras receitas, pois nada se evapora.
- Respeitar a marca da capacidade máxima da Bimby®, 2,2 litros.
- Utilizar, no máximo, 800 g de carne.
- Certifique-se de que o feijão e outras leguminosas podem ser consumidos em segurança, fervendo-os primeiro a 100 °C durante, pelo menos, 10 minutos, antes de os adicionar a uma receita de slow cooking.
- Se os ingredientes tiverem um peso ou espessura diferente, os tempos terão de ser ajustados.

Ananás em slow cooking

Doces ou salgados, a variedade de ingredientes que podem ser cozinhados em slow cooking é grande. Inspire-se!

Tempo e temperatura recomendados

	Ingrediente	Quantidade	Tamanho/espessura	Água a colocar no copo	Temperatura TM6	Tempo	Dicas
Carne	**Carne de vaca guisada**	400 g	3 cm × 3 cm	Aprox. 300 g	85 °C	7 h	Um molho rico à base de caldo de carne e cerveja resulta num guisado particularmente apetitoso.
	Carne de vaca picada	600 g		Aprox. 750 g	98 °C	4 h	Cozinhe a carne de vaca com um molho de tomate clássico, misturando 150 g de vinho tinto, 200 g de caldo de carne e 400 g de tomate em lata picado, para fazer uma bolonhesa. É possível fazer esta receita sem o protetor da lâmina.
	Costelinhas de vaca desossadas	800 g	cortadas em 8 pedaços	Aprox. 700 – 800 g	98 °C	4 h 30 min	Ótimo para um estufado com legumes numa mistura de vinho tinto e um caldo de carne rico.
	Pá de borrego	650 g	em cubos, 4 cm × 4 cm	Aprox. 450 – 500 g	98 °C	6 h	Marine numa pasta de caril e utilize leite de coco para preparar um caril de borrego fantástico.
	Bochechas de porco	500 g	4 × 100 – 120 g cada	Aprox. 1500 g	95 °C	8 h	Marine em algum óleo e cebolas, para obter um resultado suculento.
	Barriga de porco/entremeada, com courato	600 g	em cubos, 3 cm × 9 cm	Aprox. 750 g	98 °C	4 h	Cozinhe em caldo de legumes. Aloure/sele no final do tempo de cozedura. Coe o caldo da cozedura e adicione temperos para cozer massa de arroz no mesmo e sirva com a entremeada.
	Pá de porco, sem osso, sem courato	800 g	em cubos, 10 cm × 10 cm	Aprox. 750 g	98 °C	4 h	Para obter melhores resultados, marine antes de cozinhar. Utilize caldo de frango para cozinhar. No final da cozedura, desfie a carne e passe-a por molho barbecue.
	Almôndegas	500 g de carne de vaca picada, 10% de gordura	30 g cada	Aprox. 800 g	98 °C	3 h	As almôndegas podem ser cozinhadas lentamente num molho de tomate clássico feito com tomate em lata picado.
	Pernas de pato	2	com pele e osso 800 g aprox.	Aprox. 1100 g	98 °C	3 h	Tempere o caldo de galinha com cerejas secas, legumes e folhas de louro para obter um pato deliciosamente tenro. Desfie o pato cozinhado e sirva com molho de ameixa.
	Coxas de frango	700 – 800 g	4 × 180 g cada, 3 cm de espessura	Aprox. 700 g	95 °C	3 h 30 min	Uma mistura de malaguetas vermelhas, pimentos vermelhos, tomates e caldo de galinha é uma boa base para um guisado de coxas de frango.
	Pernas de frango	6		Aprox. 650 g	98 °C	3 h	Um molho com sumo de laranja, caldo de galinha, mel e soja torna o frango num prato especial.
	Pernas de peru, sem pele	650 g	cortadas em cubos, 4 – 6 cm	Aprox. 550 g	95 °C	3 h	Pode ser cozinhado lentamente em caldo de galinha com legumes e servido com cogumelos salteados com bacon.

Tempo e temperatura recomendados

	Ingrediente	Quantidade	Tamanho/espessura	Água a colocar no copo	Temperatura TM6	Tempo	Dicas
Outros	**Tentáculos de polvo**	500 – 800 g	2 – 3 cm de espessura	Aprox. 800 g	80 °C	5 h	Cubra com azeite para obter um delicioso confit de polvo.
	Lula	500 – 800 g	cortado em rodelas mais os tentáculos	Aprox. 800 g	80 °C	5 h	Cozinhe lentamente num molho de tomate rico.
	Feijão-verde seco, demolhado	200 g peso seco		Aprox. 560 g	98 °C	4 h	Demolhe de um dia para o outro e deite fora a água. Ferva durante 10 minutos, antes de cozinhar num molho de tomate rico, adicionando legumes para confecionar um saboroso prato de feijão guisado. Não substitua o feijão comum.
	Grão-de-bico seco, demolhado	200 g peso seco		560 g de líquido, caldo de legumes, tempero, azeite 50 ml	98 °C	4 h	Deixe marinar de um dia para o outro antes de cozinhar. Cozinhe num molho de tomate rico com legumes para obter uma deliciosa caçarola de feijão.
	Feijão manteiga seco, demolhado	200 g peso seco		Aprox. 560 g	98 °C	4 h	Demolhe de um dia para o outro e deite fora a água. Ferva durante 10 minutos, antes de cozinhar num molho de tomate rico, adicionando legumes para confecionar um saboroso prato de feijão guisado. Não substitua o feijão comum.
	Tubérculos – cenouras, cebolas, aipo-rábano, batata-doce	600 g	10 cm de comprimento, 2 cm de diâmetro	Aprox. 1300 g	85 °C	2 h 30 min	Cozinhe em caldo de galinha ou de legumes. Sirva os legumes com algum do caldo da cozedura e polvilhados com ervas frescas. O caldo da cozedura é uma saborosa base para sopa.
	Abóbora manteiga/hokkaido	700 g	cortada em fatias 1 cm × 3 cm × 6 cm	Aprox. 1200 g	85 °C	4 h	Coloque os pedaços de abóbora a estufar numa mistura de caldo de legumes e caldo de miso, para obter um saboroso prato de legumes. Envolva com ervas frescas antes de servir.
	Peras, maduras mas rijas	4 peras, 180 g cada	inteiras, descascadas	Aprox. 1100 g	90 °C	4 h	Cozinhe num xarope de vinho e tempere com raspa de laranja, pau de canela e anis estrelado.
	Ananás	500 g	6 triângulos cortados longitudinalmente, 2 cm de espessura na aresta	Aprox. 800 g	85 °C	2 h	Cozinhe num xarope/calda e tempere com malagueta e rum. Sirva o ananás com a calda e gelado.
	Maçãs para tarte	4 maçãs	em metades, com casca	Aprox. 1400 g	95 °C	2 h	Cozinhe em xarope e conserve até estar pronto a servir. Saboroso para o pequeno almoço ou para sobremesa.
	Nectarinas ou pêssegos rijos	400 g	4, em metades, com casca	Aprox. 1700 g	95 °C	2 h	Cozinhe em calda e regue com mel para servir.

Tabela de sous-vide

- Adicionar 30 g de sumo de limão ou 1 colher de sopa de ácido ascórbico à água para evitar oxidação.
- Colocar os sacos no copo da Bimby® apenas quando a água tiver atingido a temperatura correta.
- O aquecimento da água demora em média 10 a 15 minutos. A quantidade de água indicada na tabela serve como referência, pois depende do volume dos sacos. Os sacos devem ficar completamente cobertos de água, sem exceder a marca da capacidade máxima da Bimby® (2,2 l).
- Se os ingredientes tiverem um peso ou espessura diferente, os tempos terão de ser ajustados.
- Alourar a carne após a cozinhar em sous-vide acrescenta sabor e diminui os riscos associados à segurança alimentar.

ESPARGOS EM SOUS-VIDE COM OVOS ESCALFADOS

Para cozinhar ovos escalfados na perfeição exprimente o método sous-vide.

Tempo e temperatura recomendados

Recomendamos a utilização de receitas sous-vide desenvolvidas para a Bimby® e aprovadas pela nossa Equipa de Receitas. Se seguir uma receita não oficial, consulte a tabela para tempos e temperaturas.

Carne

Ingrediente	Quantidade	Tamanho/espessura	Água a colocar no copo	Quantidade de sacos	Temperatura	Tempo	Nível de cozedura	Dicas
Bife de vaca do lombo	720 – 800 g	4 × 180 – 200 g cada, 2,5 – 3 cm de espessura	Aprox. 1400 g	2	54 °C	1 h 30 min	médio-mal passado	Aloure numa frigideira no final da cozedura.
					60 °C	1 h 30 min	médio	
					64 °C	1 h 30 min	bem passado	
Costelas de vaca desossadas	900 g	2 × 450 g cada, 3 – 4 cm de espessura (máx. 14 cm de comprimento)	Aprox. 1300 g	2	58 °C	2 h 15 min	médio-mal passado	Aloure numa frigideira no final da cozedura.
					65 °C	1 h 45 min	médio	
					70 °C	1 h 30 min	bem passado	
Peito de vaca	600 – 800 g	cortado em 2 pedaços, 5 – 6 cm de espessura	Aprox. 1400 g	2	85 °C	12 h	bem passado, a desfazer	Para acrescentar sabor, marine antes de cozinhar.
Medalhões de vitela	650 – 800 g	8 × 80 – 100 g cada, 2,5 cm de espessura	Aprox. 1400 g	2	64 °C	1 h 30 min	bem passado	Aloure numa frigideira no final da cozedura.
Costeletas de borrego	240 – 320 g	4 × 60 – 80 g cada, 2,5 cm de espessura	Aprox. 1800 g	2	58 °C	1 h 45 min	rosa	
Lombinho de porco	500 – 700 g	1 lombinho cortado em 2 pedaços, 5 cm de diâmetro	Aprox. 1200 g	2	75 °C	1 h	bem passado	
Costeletas de porco	700 g	2 costeletas de porco, 3,5 cm de espessura	Aprox. 1400 g	2	60 °C	2 h 30 min	bem passado	Aloure numa frigideira no final da cozedura.
Bochechas de porco	650 – 800 g	8 × 80 – 100 g cada	Aprox. 1400 g	2	85 °C	8 h	suculentas e tenras	
Barriga de porco/entremeada, com courato	500 – 600 g	2 × 250 – 300 g cada, 4,5 cm de espessura	Aprox. 1500 g	2	80 °C	7 h	suculenta e tenra	
Pá de porco, desossada	800 g	cortado em 2 pedaços, 4 – 5 cm de espessura	Aprox. 1400 g	2	85 °C	12 h	bem passada, suculenta e tenra	Para acrescentar sabor, marine antes de cozinhar.
Peito de pato	500 – 600 g	2 × 250 – 300 g cada, 2,5 – 3 cm de espessura	Aprox. 1200 g	2	62 °C	1 h 30 min	rosa	Aloure numa frigideira no final da cozedura.
Peito de frango	500 – 600 g	2 × 250 – 300 g cada, 2 – 3 cm de espessura	Aprox. 1500 g	2	72 °C	1 h 30 min	bem passado	Cozinhe com pele e aloure no final da cozedura, ou tempere apenas com uma mistura de ervas ou especiarias.
Coxas de frango	700 – 750 g	4 × 180 g cada, 3 cm de espessura	Aprox. 1400 g	1 – 2	75 °C	1 h	bem passado	Se cozinhar com pele, aloure numa frigideira após terminada a cozedura.
Pernas de frango, com pele	600 g	4 × 150 g cada, 4 – 5 cm de espessura	Aprox. 1400 g	1 – 2	75 °C	1 h 15 min	bem passado	Se cozinhar com pele, aloure numa frigideira após terminada a cozedura.

Tempo e temperatura recomendados

	Ingrediente	Quantidade	Tamanho/espessura	Água a colocar no copo	Quantidade de sacos	Temperatura	Tempo	Nível de cozedura	Dicas
Peixe/marisco	**Peixe, magro (tamboril/pescada)**	800 g	4 × 200 g cada, 2 cm de espessura	Aprox. 1400 g	2	60 °C	1 h	ao ponto	O peixe para receitas sous-vide deverá ter qualidade para sashimi, ou seja, ser adequado para comer cru, ou então ter estado congelado a pelo menos –20 °C durante 24 horas. Para cozinhar em sous-vide recomendamos a compra de peixe ou marisco congelado. Descongele antes de cozinhar.
	Peixe, gordo (salmão, com ou sem pele)	600 g	4 × 150 g cada, 3 cm de espessura	Aprox. 1450 g	2	55 °C	45 min	médio	
	Camarões/gambas, sem casca, tamanho médio	350 – 380 g	24 pedaços de 15 g cada	Aprox. 1500 g	2	62 °C	30 min	ao ponto	
	Gambas, sem casca e limpas, grandes	480 – 500 g	16 pedaços de 30 g cada	Aprox. 1660 g	2	70 °C	20 min	ao ponto	
	Tentáculos de polvo	500 – 800 g	2 – 2,5 cm de espessura	Aprox. 1400 g	1 – 2	82 °C	7 h	suculento e tenro	Utilize polvo fresco ou congelado. Se utilizar polvo congelado obterá uma textura tenra. O processo de congelamento beneficia o polvo, pois a carne ficará mais tenra ao descongelar.
Ovos	**Ovos escalfados**	4 – 6	ovos tamanho M (53 – 63 g, cada)	Aprox. 1400 g	0	72 °C	18 - 20 min	gema de ovo mal cozida	Coloque o ovo sem casca envolto numa película untada fechada com fio de cozinha, removendo o máximo de ar possível.
	Ovos Onsen (cozidos com casca a baixa temperatura)	6	ovos tamanho M (53 – 63 g cada)	Aprox. 1850 g	0	65 °C	45 min	clara mal cozida, gema mal cozida	Coloque os ovos inteiros no cesto para cozinhar. Decorrido o tempo de cozedura, arrefeça imediatamente num banho de gelo.
Legumes, tubérculos	**Cenouras**	300 – 600 g	15 cm de comprimento, 2 cm de diâmetro	Aprox. 1500 g	1 – 2	85 °C	45 min		No final da cozedura salteie durante alguns minutos no seu próprio suco.
	Beterraba	600 g	4 – 5 cm de diâmetro cada	Aprox. 1300 g	1	85 °C	3 h		Corte as beterrabas maiores ao meio.

Tempo e temperatura recomendados

	Ingrediente	Quantidade	Tamanho/espessura	Água a colocar no copo	Quantidade de sacos	Temperatura	Tempo	Nível de cozedura	Dicas
Legumes, feuros	**Feijão verde, fresco**	300 – 600 g	redondo ou achatado	Aprox. 1500 g	1 – 2	85 °C	45 min		Para cozinhar os legumes, tempere apenas com sal, pimenta de moinho e ervas aromáticas frescas, e adicione azeite ou manteiga no saco antes de cozinhar, para obter um excelente acompanhamento.
	Cogumelos	250 g	3 – 5 cm de diâmetro	Aprox. 1500 g	1 – 2	59 °C	1 h		
	Beringela	320 – 360 g	2 × 160 – 180 g cada, cortadas em fatias de 1,5 – 2 cm	Aprox. 1500 g	1 – 2	85 °C	2 h		Grelhe no final da cozedura para conferir um paladar fumado.
	Espargos	500 g	1,5 cm de diâmetro	Aprox. 1500 g	1 – 2	82 °C	15 min		Excelente para servir com ovos escalfados em “sous vide”.
Fruta, rija	**Peras, maduras**	600 g	4 × 150 g cada, em metades	Aprox. 1600 g	2	80 °C	1 h 30 min		Para variar, tempere com especiarias e/ou adicione um pouco de uma bebida, por exemplo vinho doce, rum ou sumo de fruta. Sirva com gelado ou com creme.
	Ananás	400 g	4 rodelas × 100 g cada, 2 cm de espessura	Aprox. 1500 g	1	85 °C	45 min		
Fruta, mole	**Damascos**	300 – 350 g	3, em metades, 5 cm de diâmetro	Aprox. 1400 g	1	80 °C	1 h		
	Bananas	400 g	4 × 100 g cada, 3 cm de diâmetro	Aprox. 1500 g	1	68 °C	20 min		

Tabela do descascador

- Alguns legumes não podem ser descascados usando o Protetor da Lâmina e descascador, tais como vegetais cozinhados ou congelados, vegetais de casca mais grossa como, por exemplo, a batata-doce e vegetais com uma pele muito fina como, por exemplo, tomate, pepino e curgetes.
- Ajuste o tempo de descascar de acordo com o resultado pretendido (consulte a tabela na página seguinte).
- Se os legumes apresentarem manchas escuras ou buracos, remova-os antes ou após os descascar.
- Quando descascar cenouras, utilize cenouras de tamanho e espessura semelhantes.

Tempo de descasque e velocidade

Ingrediente	Total	Peso máx. total	Tamanho/ espessura	Quantidade de água	Tempo	Velocidade
Tubérculos (batatas, cenouras, nabos e beterrabas)	Totalmente descascados	800 g	Do mesmo tamanho (cortados em pedaços se necessário, que caibam através do bocal da tampa)	600 g	4 min	4
Batatas	Raspadas semi-descascadas	800 g	Do mesmo tamanho (cortados em pedaços se necessário, que caibam através do bocal da tampa)	600 g	3 min	4

Impressão

Gestão de projeto
Edith Pouchard, *Vorwerk Internacional*

VP Digital
Ramona Wehlig, *Vorwerk Internacional*

Recipe Business
Margarida Ferrador, *Head of Recipe Business, Vorwerk Internacional*

Desenvolvimento de receitas
Andrea Aloe, Katarzyna Sykalo, Phuong Nguyen, Britta Arnold e Mari-Bel Giorno, *Vorwerk Internacional*
Isabelle Philion, Amédé Vicet, Pauline Brunet e Bénédicte Grépinet, *Vorwerk França*
Katarzyna Sieradz, Martyna Sobka e Agata Kubica, *Vorwerk Polónia*

Equipa editorial
Beatriz Rodriguez Diez, *Product manager Recipe & Usabilty, Vorwerk Internacional*
Maria Resende, *Head culinary strategy, Vorwerk Internacional*
Cara Hobday, *Editor director, Tasty Art, Reino Unido*
Catarina Gouveia, *Editor director, Portugal*
Irmgard Buth, *Food consultant, Alemanha*

Tabelas de recursos
Cara Hobday, *Editor director, Tasty Art, Reino Unido*
Catarina Gouveia, *Editor director, Portugal*
Evelin Guder, *External Consultant, Alemanha*

Valores nutricionais
Angelika Ilies, *External Consultant, Alemanha*

Fotografia e styling das receitas
Premier Picture Films, *XYZ Studio, Lisboa*
António Nascimento, *Photographer*
Ana Trancoso, *Art Director*
Carla Cardoso, *Props Stylist*
Conceição Coelho, *Food Stylist*
Denise Costa, *Food Stylist Assistant*

Conceito/Design
Lichten, *Hamburgo, Alemanha*

Layout/Tipografía
Effizienta oHG, Munique, *Alemanha*

Edição/Publicação
1a edição, setembro 2021

Editor
Vorwerk International & Co. KmG.
Verenastrasse 39
CH-8832 Wollerau, Suíça

https://bimby.vorwerk.it/bimby/

Copyright 2021 por Vorwerk International & Co. KmG.
O conteúdo deste livro – textos, imagens e design gráfico – é propriedade da Vorwerk International & Co., Switzerland. Todos os direitos reservados. Interdita a reprodução de textos, imagens, parcial ou integral, por quaisquer meios, sem a prévia autorização da Vorwerk International & Co.