

A red square containing the word 'TEKA' in white, bold, uppercase letters.

'TEKA

RECETARIO

\* COMPARTIENDO EMOCIONES \*

30 AÑOS  
CONTIGO



# ÍNDICE

Prólogo	4
<b>Entradas y acompañamientos</b>	<b>5</b>
<b>Platos fuertes</b>	<b>11</b>
<b>Postres</b>	<b>19</b>

# AGRADECIMIENTOS

En estas fiestas no nos queda más que agradecerte que nos hayas permitido estar un año más dentro de tu hogar siendo parte esencial de la cocina, dándonos así la oportunidad de juntos crear momentos realmente significativos.

Por este motivo nos complace compartirte estos 12 deseos convertidos en recetas, para que los disfrutes en compañía de tu familia y seres queridos.

Gracias  
Teka México



**30** AÑOS  
CONTIGO

# PRÓLOGO

## La cocina es el corazón de la casa

En Teka diseñamos electrodomésticos para que sean el alma de tu cocina, porque allí es donde la vida tiene lugar, donde suceden algunos de los mejores momentos de nuestra vida. La cocina significa para nosotros mucho más que el lugar donde hacemos la comida, es un lugar para reír, soñar, charlar, tomar decisiones, compartir noticias, para hacer planes y, al final, un lugar para vivir momentos inolvidables. Por todas estas razones, diseñamos y fabricamos electrodomésticos para llevar soluciones e innovación a tu cocina, soluciones que encajen con tu forma de vida y en armonía con tu hogar. Trabajamos cada día para lograr entender mejor tus necesidades y así ofrecerte soluciones nuevas para explorar las diferentes posibilidades en tu cocina.

Nuestra marca, nacida en Alemania, está construida sobre la base de la calidad, la tecnología y la innovación. Los productos de Teka han logrado un reconocimiento mundial gracias a su fiabilidad, eficiencia y precisión. Hoy, con 100 años de historia a sus espaldas y 30 años en México, Teka continúa trabajando sin descanso para dotar a todos estos productos de las mejores prestaciones y el mejor diseño para lograr la excelencia en cada paso.

Nuestros valores implantados sólidamente en nuestra compañía son claros: honestidad, generosidad y originalidad. Esto significa que trabajamos siempre para ti y siempre a tu lado, ayudándote a resolver tus problemas de cada día con soluciones de calidad a nivel internacional. La satisfacción de nuestros clientes es nuestra mayor preocupación. Nos hemos esforzado desde nuestros comienzos por ofrecer la mejor calidad en nuestros productos, los diseños más actuales y originales, así como la mayor innovación a un precio razonable.

## Teka Group: Miles de soluciones, millones de momentos

Teka Group pertenece al grupo de empresas alemanas, con una sección de consumo especialista en electrodomésticos de cocina y baño. Teka Group incluye diferentes marcas internacionales como Teka, Küppersbush, Intra, Mofem o Thor. El grupo, con más de 140 años de historia, se ha convertido en un ejemplo a nivel internacional en el campo de los electrodomésticos y la fabricación de sanitarios.

Teka es uno de los fabricantes más importantes en Europa de fregaderos de acero inoxidable, electrodomésticos empotrados y soluciones para baños. Hoy en día Teka posee más de 15 fábricas y 4,000 trabajadores alrededor del mundo, con presencia en más de 120 países en 5 continentes.



# Ensalada de navidad

**TEKA**

Dificultad: Fácil • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 2 personas

## Ingredientes

### Para la ensalada

- 50 g de rúgula
- 1 corazón de lechuga
- 1 endivia
- 50 g de escarola
- 1 ramita de apio
- 1 manzana verde
- 10 uvas verdes
- 20 g de parmesano vegano
- 60 g de habas de soja

### Para la mayonesa ligera

- 50 ml de aceite de girasol
- 75 ml de leche de soya sin azúcar
- 15 ml de zumo de limón
- 1 cucharadita de mostaza
- 1 cucharada de sirope de agave
- ½ cucharadita de eneldo
- Sal y pimienta negra

## Procedimiento

- 1 Corta el ramito de apio en tiras muy finas. Corta la manzana en láminas y las uvas por la mitad. Mezcla con las hojas verdes.
- 2 En una sartén con aceite de oliva bien caliente, saltea las habas de soja hasta que adquiera un color dorado por todas partes. Deja enfriar un momento.
- 3 Para preparar la mayonesa, pon la leche, la mostaza, el eneldo, la sal y la pimienta en el vaso de la batidora. Coloca la batidora en el fondo del vaso y tritura. Sin levantar la batidora, vas añadiendo el aceite poco a poco. Una vez veas que empieza a emulsionar, sube y baja la batidora para terminar de cuajar la salsa. Añade el zumo de limón y vuelve a batir.
- 4 Mezcla la ensalada con la mayonesa y añade los trocitos de habas de soja. Sirve con parmesano vegano, unas ramitas de eneldo fresco, si te apetece unos granos de granada y un chorrito de aceite de oliva extra virgen. Puedes tomar esta ensalada servida al momento o dejarla enfriar un rato en el refrigerador.



Renueva tu cocina con la PARRILLA IZF 88700 MST BK.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce esta parrilla!



# Canelones de crepes y foie

**TEKA**

Dificultad: Media • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 4 personas

## Ingredientes

### Para la masa de crepes:

- 1 huevo
- 200 g de harina
- 200 g de leche
- 1 cucharada de azúcar
- ½ cucharadita de sal
- Mantequilla

### Para el relleno:

- Cebolla picada
- 500 g de carne de ternera picada
- 100 g de foie micuit (higado de pato)
- 50 ml de vino de oporto
- Salsa bechamel
- Queso rallado
- Sal y pimienta

## Procedimiento

- 1 Para preparar las crepes, mezclar todos los ingredientes con la ayuda de unas varillas y cocinar en una sartén con un poco de mantequilla.
- 2 Para el relleno, primero cocinar a fuego bajo la cebolla picada con un poco de aceite hasta que esté bien hervida.
- 3 Agregar la carne picada, salpimentar y cocinar hasta dorar. Enseguida añadir el vino de oporto y cocinar hasta evaporar el alcohol.
- 4 Por último añadir el foie (higado de pato) cortado a dados y la salsa bechamel. Mezclar bien hasta integrar y enfriar.

### Montaje:

- 1 Sobre una crepe disponer 2 o 3 cucharadas del relleno de carne y envolver.
- 2 Colocar los canelones en una bandeja con salsa bechamel en la base.
- 3 Cubrir con salsa bechamel y queso rallado.
- 4 Gratinar en el horno a 200°C durante 10 minutos.



Prepara esta receta con el HORNO HLB 8510 P BK MAESTRO PIZZA.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este horno!



# Ensalada de betabel

**TEKA**

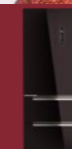
Dificultad: Fácil • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 1 persona

## Ingredientes

- 2 betabel
- 100 g de rúgula
- 40 g de queso feta
- 20 g de avellana picada
- 50 ml de aceite de oliva extra virgen
- 20 ml de vinagre balsámico
- Una pizca de sal

## Procedimiento

- 1 Pelar y cortar en gajos los betabel.
- 2 Cocinarlos al microondas por 7 minutos. Para ello ponerlos en un bowl, tapar con un papel transparente y hacer algunos agujeros con la ayuda de un palillo. Separar los betabel del jugo que sueltan al cocinarse y reservar hasta enfriar.
- 3 En un plato grande poner una base de rúgula, añadirle queso feta, la avellana picada y por último los gajos de betabel. Preparar el aderezo en un bowl mezclando el jugo de los betabel, aceite de oliva extra virgen, sal y vinagre balsámico.
- 4 Regar la ensalada con el aderezo y disfrutar.



Renueva tu cocina con el REFRIGERADOR RFD 77820 GBK.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este refrigerador!





# Strudel de setas

**TEKA**

Dificultad: Fácil • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 2 personas

## Ingredientes

- 4 láminas de masa filo
- 4 ó 5 chalotas
- 500 g de setas variadas
- 100 g de jamón serrano picado
- 2 cebollines picados
- 50 g de mantequilla derretida
- Tomillo fresco
- Sal y pimienta

## Procedimiento

- 1 Coloca la primera capa de masa filo sobre la mesa y pinta con la mantequilla derretida. Coloca encima la segunda capa, pinta otra vez y así hasta haber apilado cuatro láminas de masa filo.
- 2 En una sartén con aceite de oliva pon a freír la chalota cortada en juliana.
- 3 Agregar las setas picadas y cocinar hasta que no pierdan agua.
- 4 Añadir el jamón serrano picado y el cebollin y cocinar unos minutos más. Reservar y dejar enfriar.
- 5 Extender el salteado de setas sobre la masa filo y cerrar formando un rulo.
- 6 Pintar la superficie con mantequilla y hornear a 200°C durante 10 minutos.



Prepara esta receta con el HORNO HLC 8440 C ST.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este horno!



# Rosca de espinacas

**TEKA**

Dificultad: Media • Tiempo: 50 minutos • Raciones: 3 personas

## Ingredientes

- Masa brisa
- 500 g de hojas de espinaca
- 250 g de queso crema
- 1 huevo
- 50 g de uvas pasas
- 50 g de piñones
- 100 g de queso rallado
- Pepitas de calabaza
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta

## Procedimiento

- 1 Freír en una sartén con aceite de oliva las pasas y los piñones hasta que estén dorados.
- 2 En la misma sartén, agregar las hojas de espinacas, salpimentar y dejar por 5 minutos. Colocar en un bowl y dejar enfriar.
- 3 Añadir el queso crema, el huevo y el queso rallado y mezclar hasta integrar todos los ingredientes.
- 4 Extender una lámina de masa brisa sobre una bandeja de horno y disponer la mezcla anterior formando una corona alrededor y en el centro de la masa.
- 5 Colocar encima la otra lámina de masa y cerrar los bordes presionando con un tenedor. Con la ayuda de un recipiente pequeño presionar el centro de la masa y adornar con las pepitas de calabaza.
- 6 Realizar unos cortes a lo largo de la corona y girar cada porción dejando el relleno en la parte superior.
- 7 Pintar con huevo batido y hornear a 180°C durante 30 minutos.



Prepara esta receta con la ESTUFA EMGG 8665 S RX.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanear el código  
y conoce esta estufa!





# Bacalao con alioli de cítricos

**TEKA**

Dificultad: Media • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 2 personas

## Ingredientes

- 4 lomos de bacalao desalado
- 50 ml de aceite de oliva extra virgen
- Pimienta negra
- 150 g de alioli
- 1 naranja
- 1 limón
- 1 lima
- 30 g de piñones
- 30 g de pasas
- 80 g de espinacas

## Procedimiento

- 1 En una bandeja de horno aliñar los filetes de bacalao con aceite de oliva extra virgen y pimienta negra.
- 2 Llevar al horno 15 minutos a 170°C. Mientras preparar el alioli de cítricos, mezclando el alioli con ralladura de naranja, limón y lima.
- 3 Sacar el bacalao del horno y repartir una cucharada de alioli sobre cada filete. Llevar al horno a gratinar.
- 4 Para la guarnición de espinacas dorar los piñones con un poco de aceite de oliva extra virgen y añadir las pasas, por último, las espinacas. Freír un poco todo y reservar.
- 5 Servir el bacalao sobre una cama de espinacas y patatas asadas.



Renueva tu cocina con la PARRILLA JZC 96342 BBB BK.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce esta parrilla!





# Pavo navideño al horno

**TEKA**

Dificultad: Difícil • Tiempo: 4 horas • Raciones: 6 personas

## Ingredientes

- Pavo de 4 a 5 kg
- Manteca de cerdo
- Agua
- Sal
- 50 ml de vino dulce
- 1 cebolla

### Para el relleno:

- 300 g de tocino
- 3 manzana
- 4 rebanadas de pan duro
- Ciruelas pasas
- 1 vaso de caldo de ave

### Para la decoración:

- Lechugas variadas
- Tomates cherry

## Procedimiento

- 1 Comenzaremos limpiando bien el pavo, quitando con unas pinzas las plumas que aún conserve.
- 2 Inyectamos 50 ml de vino dulce en distintos puntos de la pechuga y las patas para que quede jugoso. Una vez limpio, lo salamos por dentro y por fuera y lo untamos con un poco de manteca de cerdo.
- 3 Precalear el horno a 220°C y mientras, preparamos el relleno. Para ello rehidratamos las ciruelas y las cortamos en trozos. El tocino lo picamos en trozos muy pequeños y lo ponemos con el resto de los ingredientes en un bowl, dejandos que el pan se empape con el caldo de ave.
- 4 Una vez mezclado todo, añadimos las manzanas cortadas en gajos y rellenamos el pavo. Lo ideal es coser la abertura con hilo de cocina para que no se salga el relleno durante el horneado, 45 minutos por cada kg de pavo.
- 5 Decorar sobre una cama fina de lechuga rodeando con tomates cherry.



Prepara esta receta con el HORNO STEAKMASTER.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este horno!



# Tarta de brie y arándanos

**TEKA**

Dificultad: Fácil • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 2 personas

## Ingredientes

- 1 lámina de hojaldre
- 1 queso brie
- Arándanos frescos
- 1 huevo batido

## Procedimiento

- 1 El primer paso es preparar las formas de las tartaletas. Cortar la lámina de hojaldre en 4 cuadrados iguales.
- 2 Hacer 4 cortes formando un cuadrado más pequeño, 4 centímetros para dentro del borde. Conectar el corte interno superior con el corte interno derecho y el corte interno inferior con el corte interno izquierdo, dejando una separación de 3 cm sin cortar entre el corte interno izquierdo y el corte interno superior y lo mismo con el corte interno derecho y el inferior.
- 3 Para terminar de hacer la forma, cruzar los dos bordes entre ellos y plegar en el ángulo contrario.
- 4 Cortar 8 trozos de brie, repartir 2 en cada tartaleta y añadir los arándanos frescos.
- 5 Pintar el hojaldre de las tartas con el huevo batido y hornear 15 minutos a 200°C.



Renueva tu cocina con el FREGADERO FLEXLINEA RS15 50.40 SQ TITANIUM.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este fregadero!



# Arbolitos de hojaldre

**TEKA**

Dificultad: Fácil • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 2 personas

## Ingredientes

- Masa de hojaldre
- Azúcar blanco
- Dulce de leche o crema de cacao
- Azúcar glass
- Frutos rojos
- Molde de estrella

## Procedimiento

- 1 Extender la masa de hojaldre, espolvorear con azúcar blanco y presionar ligeramente con un rodillo.
- 2 Cortar con un molde en forma de estrellas de diferentes tamaños.
- 3 Colocar sobre la bandeja del horno con papel y hornear a 200°C durante 5 minutos.
- 4 Untar las estrellas de hojaldre con dulce de leche y montar el árbol.
- 5 Espolvorear con azúcar glass y decorar con frutos rojos.



Renueva tu cocina con el LAVAVAJILLAS DW8 57 FIM-D.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este lavavajillas!



# Galletas de gengibre

**TEKA**

Dificultad: Media • Tiempo: 50 minutos • Raciones: 20 galletas

## Ingredientes

- 170 g de harina de espelta
- 100 g de pasta de dátiles
- 40 ml de aceite de coco derretido
- 35 ml de melaza de caña
- 50 ml de leche vegetal
- 2 cucharas de semillas de lino
- ½ cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de vinagre de manzana
- 2 cucharaditas de jengibre en polvo
- ½ cucharadita de canela en polvo
- Una pizca de nuez moscada

## Procedimiento

- 1 Colocar en un procesador de alimentos los dátiles, la harina de espelta, el lino, las especias y el polvo para hornear. Procesar hasta obtener una mezcla homogénea.
- 2 En un bowl, mezclar el aceite de coco, la melaza de caña, la leche vegetal y el vinagre de manzana y añadir al procesador.
- 3 Volver a mezclar hasta formar una masa. Si es necesario, añadir un poco más de harina para obtener la consistencia correcta.
- 4 Sacar la masa y, con un rodillo, estirla hasta aproximadamente 4mm.
- 5 Recortar las formas y pasarlas a una bandeja de horno cubierta con papel para horno.
- 6 Hornear las galletas a 170 °C por 30 minutos. Dejar enfriar en una red antes de comer.



Renueva tu cocina con la CAMPANA CC 480.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce esta campaña!





# Bundt cake

**TEKA**

Dificultad: Difícil • Tiempo: 60 minutos • Raciones: 4 personas

## Ingredientes

- 1 yogur (125 g)
- 120 g de aceite de oliva extra virgen
- 440 g de azúcar
- 220 g de harina
- 4 huevos
- 1 sobre de levadura química
- 5 g canela
- 5 g nuez moscada
- 5 g jengibre rallado
- 50 ml agua
- 90 g de mantequilla
- 120 ml de nata
- Una pizca de sal

## Procedimiento

- 1 Preparar el bizcocho mezclando en un recipiente hondo los huevos, yogur y el aceite de oliva extra virgen hasta conseguir una masa lisa.
- 2 Añadir 220 g del azúcar total, harina, canela, nuez moscada, jengibre rallado y una pizca de sal. Seguir mezclando hasta incorporar todos los elementos. Untar con mantequilla un molde de bundt cake, añadir la mezcla y llevar al horno 40 minutos a 175°C.
- 3 Preparar el toffe salado añadiendo en una olla ancha los 200 g restantes de azúcar y el agua. Mezclar una vez y dejar a fuego medio bajo hasta conseguir un caramelo. Cuando empiece a coger color incorporar la mantequilla, la nata, sacar del fuego y reservar.
- 4 Desmoldar el bundt cake y terminar vertiendo el toffe.



Renueva tu cocina con la CAFETERA CLC 855 GM.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce esta cafetera!





# Yogur con mousse de turrón

**TEKA**

Dificultad: Fácil • Tiempo: 30 minutos • Raciones: 1 persona

## Ingredientes

### Para la base de galleta:

- 100 g de pistaches
- 100 g de almendras
- 100 g de nuez de macadamia
- 100 g de galletas María
- 50 g de mantequilla

### Para la mousse de turrón:

- 250 g de turrón de jijona
- 100 ml de leche
- 200 ml de nata
- Yogur griego
- Barquillos de turrón y chocolate
- Almendra troceada

## Procedimiento

- 1 En un procesador de alimentos triturar los frutos secos con las galletas y la mantequilla. Reservar.
- 2 En un cazo calentar la leche con el turrón troceado hasta deshacer por completo. Reservar y dejar enfriar.
- 3 Montar la nata con la ayuda de una batidora y mezclar con la crema de turrón con movimientos envolventes.
- 4 Colocar en el fondo de un vaso la mezcla de galletas y presionar ligeramente para formar la base. Añadir una capa de yogur griego, a continuación una capa de mousse de turrón y por último otra capa de yogur.
- 5 Decorar con almendra troceada y unos barquillos de turrón y chocolate.



Renueva tu cocina con el HORNO HLB 8600 LB.  
Visita [www.teka.com](http://www.teka.com) para conocer más.

¡Escanea el código  
y conoce este horno!



The TEKA logo is a red square with the word 'TEKA' in white, uppercase, sans-serif font. The background of the entire advertisement is a warm, bokeh-style photograph of Christmas decorations, including pine branches, pinecones, silver and red ornaments, and wrapped gifts with red ribbons and polka-dot paper. The scene is lit with soft, warm lights, creating a cozy holiday atmosphere.

'TEKA

Cuidamos de las personas más allá de lo convencional  
**e inspiramos momentos significativos**

teka.com | 