



Junior MasterChef

RECETAS
PARA COCINAR
CON NIÑOS



SHINEIBERIA



temas de hoy.

tve



Junior MasterChef

RECETAS

PARA COCINAR
CON NIÑOS



SHINEIBERIA



temas de hoy.

tve

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como **papel ecológico**.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Diseño y maquetación de interior: Rudesindo de la Fuente

Diseño de portada: María Jesús Gutiérrez

© CRTVE SAU, 2014

© 2014 Shine Iberia. MasterChef y el logo de MasterChef son marcas registradas de Shine Limited utilizadas bajo licencia.

Todos los derechos quedan registrados. MasterChef está basado en un formato de Franc Roddam. En asociación con Ziji Producciones.



SHINE 360



SHINE IBERIA

tve

© Fotografía de cubierta: Shutterstock, 2014

© Fotografías de recetas: Fernando Ramajo, 2014

© Elaboración de las recetas: Rosie Ward, 2014

© Fotografías de las páginas 9 a 13: Javier Herráez

EDITORIAL PLANETA S. A., 2014

Temas de Hoy es un sello editorial de Editorial Planeta S. A.

Avda. Diagonal, 662-664 08034 Barcelona

www.temasdehoy.es

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-9998-443-8

Depósito legal: B. 22.080-2014

Preimpresión: Safekat, S. L.

Impresión: Unigraf, S. L.

Printed in Spain-Impreso en España

ÍNDICE

9 ¡MENUDO MASTERCHEF!

PRIMEROS

- 17** Porrusalda con beicon
- 21** Vichyssoise con palitos de crudités
- 25** Guacamole y hummus con nachos
- 29** Flanes de verdura en forma de flor
- 33** Ensalada César
- 37** Huevos rellenos de sobrasada
- 41** Patatas asadas con forma de ratón
- 45** Croquetas de jamón serrano
- 49** Tiestos con cuscús
- 53** Ensaladilla rusa
- 57** Mini pizzas variadas
- 61** Mini quiches variadas

SEGUNDOS

- 67** Arroz en forma de castillo con albóndigas de pavo
- 71** Judías guisadas con jamón y pato en forma de huerta
- 75** Pechugas de pollo a la Villeroy
- 79** Carne asada con salsa de frambuesas
- 83** Solomillo de cerdo con salsa de champiñones
- 87** Espinacas a la crema con huevos escalfados sobre tostas de pan
- 91** Pasta casera con salsa de verduras
- 95** Canelones de atún hechos con crepes
- 99** Tortilla de espinacas y queso
- 103** Sardinas a la parrilla
- 107** Brochetas de atún y salmón
- 111** Salchichas en hojaldre con mostaza y kétchup

POSTRES

- 117** Mousse de limón
- 121** Tarta semifredo de chocolate con salsa de menta
- 125** Compota de frutas con salsa de chocolate blanco
- 129** Merenguitos de distintos sabores
- 133** Tartaletas de frutos rojos
- 137** Dominó de sandía
- 141** Tarta de queso banoffee
- 145** Polos de yogur de frutas
- 149** Corte de helado de fresas
- 153** Sorbete de mango y kiwi
- 157** Paquetes de filo con manzanas asadas

MERIENDAS

- 163** Sándwiches fantasía
- 167** Cupcakes de vainilla
- 171** Tortitas con distintos sabores
- 175** Panecillos dulces con aroma de naranja
- 179** Brownies de chocolate blanco
- 183** Batido de plátano con yogur y nata con dulce de leche
- 187** Cookies de almendra molida
- 191** Limonada con hielos de sabores
- 195** Galletas de crunchies
- 199** Chupa-chups con Lacasitos

202 Índice alfabético de recetas

¡MENUDO MASTERCHEF! A POR LA SEGUNDA EDICIÓN JUNIOR

Es indiscutible que programas como *MasterChef* están despertando en los niños un sorprendente interés por la cocina, algo inimaginable hace apenas unos años. Que más de cinco mil chicos y chicas, de entre ocho y doce años, se presenten al *casting* de *MasterChef Junior* lo dice todo. Les encanta cocinar, tanto o más que a los mayores, y su nivel no tiene nada que envidiar al de los adultos.

INSPIRACIÓN, APRENDIZAJE, DIVERSIÓN

MasterChef Junior es uno de los programas de televisión mejor valorados por la crítica, porque reúne los «ingredientes» idóneos para ser «degustado» por todos los públicos: entretenimiento, emoción, superación, alimentación saludable... La magia y la diversión vuelven en la segunda edición del programa con la misma ilusión o más que en la primera, cuyo objetivo se resume de nuevo en que las promesas de la cocina aprendan mientras se divierten.

De transmitir esta filosofía se encargan una vez más los reconocidos chefs Pepe Rodríguez, Jordi Cruz y Samantha Vallejo-Nágera como miembros del jurado, y la modelo y presentadora Eva González como conductora del programa.



Pero la labor del jurado no solo consiste en valorar los platos que los chicos preparan, sino en servirles de inspiración para que ellos mismos se sorprendan de lo que son capaces de hacer a medida que van aprendiendo. Además, Pepe, Jordi y Samantha también se preocupan de transmitir, no solo a los aspirantes, sino a los telespectadores más jóvenes —y no tan jóvenes— hábitos saludables de alimentación, así como de promover valores como el trabajo en equipo, el compañerismo y el respeto al medio ambiente.

CON FUERZAS RENOVADAS

El éxito del primer *MasterChef Junior* —cuya final reunió a 4,4 millones de espectadores— ha hecho que Televisión Española y Shine Iberia quieran que la nueva edición esté a la altura de lo que sus seguidores merecen.

Por eso la segunda temporada de *MasterChef Junior* cuenta en esta ocasión con seis entregas, dos más que en la primera edición. Los concursantes tendrán más oportunidades de demostrar su talento y los miembros del jurado podrán apreciar mejor el progreso de los candidatos. El nivel de los aspirantes es muy alto y elaborarán platos impresionantes que no parecen cocinados por niños.

Ya hemos visto que la exigencia es máxima para los aspirantes, aunque sean niños. Y es que trabajan en las mismas cocinas que

los mayores y se enfrentan en igualdad de condiciones que estos a retos muy rigurosos, bajo presión y en tiempo límite. Fieles al espíritu de la primera edición, pero con fuerzas renovadas y muchas sorpresas, esta segunda temporada de *MasterChef Junior* cuenta, además de con su impresionante plató, con más invitados estrella, más escenarios espectaculares y los mejores ingredientes para hacer disfrutar a todos los miembros de la familia.



PLATOS Y PLATÓS: ¡A COCINAR!

Pero ¡joj!, que los concursantes no se relajen: que reciban más visitas o que cocinen en distintos escenarios, por muy al aire libre que estén y muy divertidos o impresionantes que sean, no les puede distraer de cumplir con sus objetivos, que solo se consiguen con trabajo duro, tanto en las pruebas individuales de creatividad y en las de eliminación como en las pruebas por equipos.

Por tanto, la diversión está garantizada a uno y otro lado de la pantalla. Pero no nos engañemos: aunque para los aspirantes sea un juego, cada uno de ellos tendrá que dar lo mejor de sí mismo. Al igual que en



MasterChef, los miembros del jurado son implacables. Esta segunda edición de *MasterChef Junior* es todavía más exhaustiva con la esencia del programa: las recetas. Los niños se enfrentan a numerosas pruebas, dando de comer a centenares de invitados, a ingredientes que no conocían y a preparaciones que no habían llegado siquiera a concebir. De todas

formas, estos pequeños fenómenos nos van a sorprender a todos. Con absoluta certeza.

No es una frase hecha la de que «aquí todos ganan», porque es cierto que todos y cada uno de los aspirantes recibirán premios reales, pero el más valioso de ellos será el de una experiencia inolvidable. Lo de menos es el galardón que se lleva el ganador del concurso y los doce mil euros para continuar su formación.

Además, en la Escuela Online de MasterChef los niños pueden seguir aprendiendo fuera de las cocinas del programa con el fin de prepararse para la siguiente edición.



Como dijo Mario, el campeón de la primera edición: «Solo hay que tener ganas de aprender, disfrutar de cada momento y ser uno mismo».

