

## Guía para cortar ingredientes en espiral

Con el Cortador en Espiral de Thermomix® puedes hacer espirales de una gran variedad de frutas y verduras de forma sencilla y rápida. Dependiendo del lugar del mundo en el que te encuentres, tendrás frutas y verduras disponibles a nivel local que no habrá en otros lugares. Cuando tengas dudas sobre un ingrediente, consulta las tablas siguientes para saber la mejor manera de cortarlas.

### LAS MEJORES VERDURAS PARA CORTAR EN ESPIRAL

Ingrediente	Descripción	Tipo de corte	Consejos
Remolacha	Pélala y corta los extremos. Recórtala en forma circular para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Elige remolachas pequeñas o medianas (ver imagen pág. 52).
Tallo de brócoli	Pélalo para conseguir una superficie uniforme. Quita las partes fibrosas.	Fino o grueso	Mejores resultados con la cuchilla 1. Delicioso crudo en una ensalada (ver imagen pág. 52).
Calabaza cacahuete	Pélala y corta los extremos. Recórtala en forma circular para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Si no tiene forma circular el resultado son espirales rectangulares y no cintas largas.
Zanahoria	Grande, firme y uniforme. Pélala y corta los extremos. Córtala en trozos no más largos que el prensador. Utiliza zanahorias con el diámetro justo para que quepan en el tubo de llenado (mín. ø 5 cm). Si son más pequeñas saldrá una mezcla de fideos largos y cortos.	Fino o grueso	Según la firmeza, el corte grueso puede partir la zanahoria en trozos y no dar espirales continuas (ver imagen pág. 51).
Apionabo	Pélalo y corta los extremos. Si es necesario, recórtalo en forma circular para que quepa en el tubo de llenado.	Fino	Debido a su firmeza, un corte grueso puede partir el apionabo en trozos y no dar espirales continuas.
Calabacín	Corta los extremos y en mitades. Si es necesario, recórtalo en forma circular para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Para evitar hacer tiras cortas y rizadas y conseguir espirales largas, no cortes el calabacín por la mitad, sino en trozos no más largos que el prensador. Es preferible elegir los calabacines más delgados para no desperdiciar mucho (ver imagen pág. 51).

### Calabacín



Si fuera necesario, recorta los calabacines respetando su forma para que quepan en el tubo de llenado.



Recorta los dos extremos del calabacín para conseguir una superficie lo más plana posible.



Corta los calabacines en trozos de 10 cm aprox.

### Batatas y zanahorias



Utiliza batatas o zanahorias que quepan en el tubo de llenado.



No tires las sobras. Córtalas en dados y añádelas a sopas, pastas, arroces o ensaladas. También puedes utilizarlas para hacer purés para bebés.

### Remolacha

Para obtener espirales en lugar de medias lunas, escoge remolachas pequeñas.



### Tallo de brócoli

Elige tallos que estén relativamente tiernos. Si es necesario, quita la capa exterior más dura con un pelador de verduras.



### Pepino



Si una vez hechas las espirales, te resultan incómodas de servir por su longitud, puedes ayudarte de unas tijeras para cortarlas a la medida que prefieras. Te recomendamos hacerlo antes de cocinarlos o sazonarlos.



Los pepinos son agua en más de un 95 %. Asegúrate de secarlos con papel absorbente. Pon las espirales sobre dos capas de papel absorbente, cúbrelos con otras dos capas y presiona suavemente para que absorban la humedad. Puede ser útil repetir este proceso dos veces.

## LAS MEJORES VERDURAS PARA CORTAR EN ESPIRAL (continuación)

Ingrediente	Descripción	Tipo de corte	Consejos
<b>Pepino</b>	Muy firme, sin pelar y con los extremos cortados. Entero si cabe en el tubo de llenado. Cortado por la mitad si es muy grande, sin semillas y secado para eliminar el exceso de humedad. Se recomienda un corte fino para conseguir mejores resultados si el pepino se corta en mitades.	Fino o grueso	Cuando elijas pepino, mejor que sea tierno y firme para que no tenga el centro húmedo.
<b>Rábano japonés (daikon)</b>	Firme, con los extremos cortados, sin pelar y bien lavado. Recórtalo si es necesario para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Según la firmeza, un corte grueso puede partir el rábano en trozos y no dar espirales continuas.
<b>Colinabo</b>	Pélalo y corta los extremos. Recórtalo en forma circular para que quepa en el tubo de llenado.	Fino	Retira la mayoría de las partes fibrosas para que no se enreden en los discos.
<b>Chirivía</b>	Grande y firme. Pélalo y corta los extremos. Recórtala si es necesario para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Según la firmeza, un corte grueso puede partir la chirivía en trozos y no dar espirales continuas.
<b>Patata</b>	Variedad firme. Sin pelar (bien lavada) o pelada. Extremos cortados. Recórtala si es necesario para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Para evitar hacer tiras cortas y rizadas y conseguir espirales largas, no cortes las patatas por la mitad; recórtalas en forma de círculo para que se ajusten al ancho de la cuchilla. Elige patatas más viejas si es posible.
<b>Calabaza</b>	Elige una calabaza lo más uniforme posible. Pélalo y trocéala para que quepa en el tubo de llenado. Retira el centro fibroso.	Fino o grueso	Para conseguir unas espirales bonitas, es importante recortar la calabaza en una forma circular que quepa en el tubo de llenado.
<b>Boniato o batata</b>	Sin pelar (bien lavado) o pelado. Extremos cortados. Recórtalo si fuera necesario para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Según la firmeza, un corte grueso puede partir el boniato en trozos y no dar espirales continuas.



LAS MEJORES FRUTA PARA CORTAR EN ESPIRAL

Ingrediente	Descripción	Tipo de corte	Consejos
Manzana	Sin pelar, bien lavada y sin rabillo. Extremos cortados. Recórtala para que quepa en el tubo de llenado.	Fino o grueso	Elige las variedades más firmes y menos jugosas (como Honeycrisp, Braeburn o Granny Smith). No las partas por la mitad (ver imagen pág. 55).
Pera	Elige una variedad no jugosa. Muy firme, sin pelar y sin rabillo. Extremos cortados, entera, cortada por la mitad o en 3 gajos según el grosor, y recortar los trozos si es necesario para ajustarlos a la anchura de la cuchilla.	Fino	Según la firmeza, un corte grueso puede partir la pera en trozos y no dar espirales continuas (ver imagen pág. 55).
Plátano	Pélalo y corta los extremos. Retira las partes fibrosas.	Fino	(ver imagen pág. 55)

Plátano



Escoge plátanos poco maduros. Para obtener espirales completas, corta previamente el plátano por la mitad y escoge un corte fino.



Para evitar que las espirales de plátano se oxiden, rocíalas con zumo de limón, remueve suavemente para que se impregne y úsalos cuanto antes.



**Manzana**  
Según la firmeza, un corte grueso puede partir la manzana en trozos y no dar espirales completas.