



R°

ROCOOK

BY EL CELLER DE CAN ROCA

En casa, tú eres chef.



Español

- 4** ROCOOK
 - 6** Cocina a baja temperatura
 - 8** Qué es ROCOOK Induction
 - 10** Accesorios ROCOOK para cocinar a baja temperatura
-

ROCOOK es la propuesta creada por El Celler de Can Roca para acercar a vuestros hogares las ventajas de la cocina a baja temperatura.

Rocook es la propuesta creada por El Celler de Can Roca para acercar a vuestras hogares las ventajas de la cocina a baja temperatura.

Hace muchos años que en El Celler de Can Roca trabajamos con la baja temperatura y a medida que íbamos adentrándonos en el desarrollo de sus técnicas, nos surgía una inquietud: cómo podíamos aproximar esta forma de cocinar a vuestras casas para que, de manera fácil y práctica, pudieseis disfrutar de sus ventajas.

Con la baja temperatura os invitamos a descubrir una cocina muy respetuosa con el producto, que busca realzar sus propiedades organolépticas y que, a su vez, es capaz de conservar mucho mejor sus propiedades nutritivas y es muy exigente con la calidad de los alimentos. Se cocina a baja temperatura desde hace miles de años, la novedad actual se basa en el desarrollo tecnológico que nos ofrece precisión y control para entender los procesos y conseguir siempre resultados excelentes.

De esta manera surgió ROCOOK, un proyecto para explicaros qué es la baja temperatura, cómo se cocina con ella y que os propone recetas e ideas para que la pongáis en práctica. Hemos diseñado junto con los departamentos de I+D de Cata Electrodomésticos y Lékué, el equipo y los utensilios para que adentraros en esta aventura en casa sea posible, fácil y cómodo.

Joan Roca



La baja temperatura.

Cuando hablamos de baja temperatura sencillamente nos referimos a cocinar a temperaturas suaves.

Y en éstas incluimos las que se encuentran entre los 50°C y los 100°C.

Hay muchas maneras de cocinar a baja temperatura, aunque destacamos los siguientes tipos de cocciones: sumergiendo el alimento en un líquido, con un envase (al vacío o sin vacío), al vapor o al horno.

Todos estos caminos tienen una característica en común: el control preciso del tiempo y de la temperatura de cocción de los alimentos. Este es el principio fundamental de la cocina a baja temperatura que busca obtener el punto óptimo de cocción de un producto. ¿Cómo? Partiendo de la base que lo cocinaremos a una temperatura que se asemeje al máximo a la temperatura que deseamos alcanzar en el punto más interior del alimento, lo que llamamos a corazón de producto.



Al horno



Sumergido en líquido



Al vapor



Con envase



Con envase al vacío

TEMPERATURAS DE COCCIÓN

Pescado	50°- 60°
Carnes tiernas	50°- 65°
Carnes duras	65°- 80°
Verduras y hortalizas	85°-100°
Frutas	85°-100°
Cereales y legumbres	90°-100°
Mariscos	55°-100°
Huevos	60°-75°

Sus beneficios.

Cocciones exactas.

La ventaja más evidente de la cocina a baja temperatura es la exactitud con la que podemos cocinar gracias al control del tiempo y de la temperatura (T&T). Esta precisión permite olvidarnos de las temidas sobrecocciones que echan a perder el sabor, la textura y las cualidades nutricionales de los alimentos y nos garantiza cocinar cualquier producto en su punto óptimo.

Texturas espléndidas.

Uno de los aspectos más sorprendentes es el tipo de texturas que podemos obtener. Las carnes se vuelven más melosas, las verduras jugosas y los pescados casi pueden comerse con cuchara. Gracias a las cocciones suaves, los

alimentos retienen mejor sus jugos y se consigue enternecer su carne sin perder sus sabores originales.

Sabores genuinos y alimentos saludables.

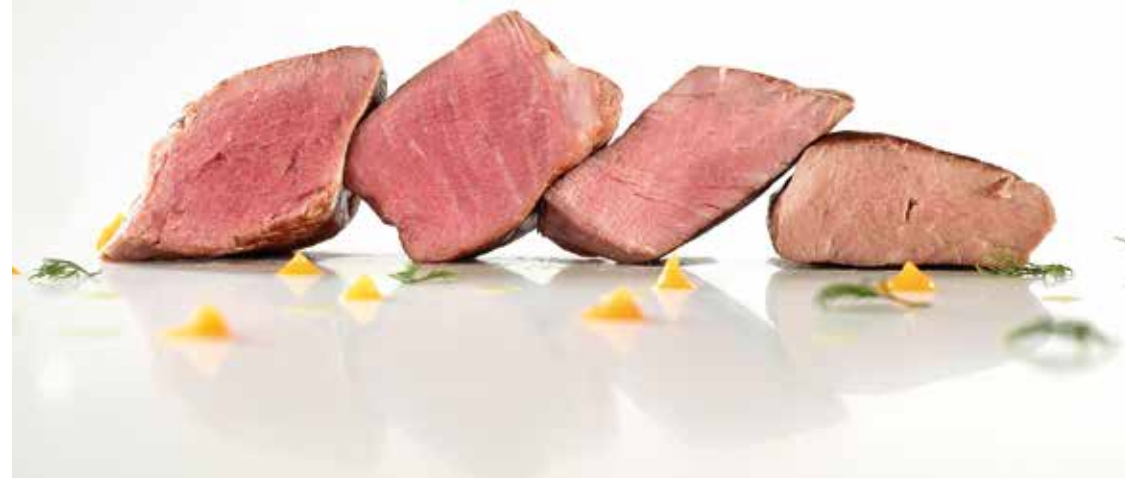
La baja temperatura preserva las cualidades nutricionales de los alimentos porque evita que se pierdan los nutrientes más sensibles a las altas temperaturas. Si además cocinamos al vacío productos, por ejemplo, como las verduras, al no tener que añadir agua a la cocción, parte de sus sales minerales y vitaminas, así como de su sabor, no se diluyen en el agua, lo que también permite ahorrarnos de añadir sal, ya que las verduras quedarán sazonadas naturalmente.

53°C

57°C

61°C

65°C



Sensor de temperatura del medio de cocción

Sonda de temperatura a corazón del alimento



APP



ROCOOK

ROCOOK Induction es una placa de inducción diseñada para cocinar con un **control preciso de la temperatura**.

Gracias a un sensor para el medio de cocción y a una sonda corazón para el interior del alimento, conseguimos el **sabor y la textura óptimos** en cada receta.

También permite cocinar por niveles de potencia, convirtiéndose así en


una solución muy **polivalente**. Se puede usar de forma intuitiva con su control táctil o con la App diseñada específicamente que además ofrece **recetas y formación en un clic** para aprovechar al máximo esta experiencia.

ROCOOK Induction tiene una alta **eficiencia energética** y es **cómoda de guardar y transportar**.

Las diferentes cocciones.

COCCIONES A BAJA TEMPERATURA.



 Con envase



 Con envase al vacío




 Slow Cooker




 Al vapor



 Sumergido en líquido (agua)



 Sumergido en líquido (salsas, aceites...)

OTRAS COCCIONES.



 Freir con control



 Cocción por nivel de potencia

Accesorios ROCOOK

Son una primera colección de utensilios diseñados especialmente para ayudarte a cocinar a baja temperatura en casa con el ROCOOK Induction, de un modo sencillo y práctico. Cada producto está pensado para ayudarte en un tipo de cocción a baja temperatura:

Cocción al vacío.

Es un conjunto de tres productos formado por **bolsas de vacío para cocción** de dos tamaños, que funcionan conjuntamente con la **pinza para bolsas** y la **bomba de vacío**. Las **pinzas para bolsas** te permiten cerrar la bolsa y escribir el ingrediente que vas a cocinar para identificarlo una vez dentro de la olla durante la cocción. Con la **bomba de vacío** puedes realizar el vacío de una manera muy fácil e intuitiva.

Cocción al vapor.

La **vaporera Lékué** te permite cocinar alimentos delicados con vapor a temperatura controlada y sin añadir ningún tipo de grasa.

Cocción sumergida en líquido.

La **malla de cocción Lékué** es perfecta para cocinar alimentos sumergidos directamente en líquido y cocinar varios alimentos a la vez en la misma olla.

Por último la **tapa de succión de Lékué** es un básico para evitar la evaporación del agua durante la cocción y se adapta a diferentes medidas de ollas.

Cocina con Joan Roca a baja temperatura.

Descubre todos los secretos de esta técnica culinaria con explicaciones detalladas y más de 70 recetas paso a paso.



Bomba de vacío



Bolsas de vacío para cocción
210 x 220 mm / 1300 ml · 8.3 x 8.7" / 43.9 fl oz
255 x 280 mm / 3000 ml · 10 x 11" / 101.4 fl oz



3 Pinzas para bolsas



Tapa adaptable
320 mm / 12,6"



Vaporera
220 mm / 8,7"



Malla de cocción



Libro





www.rocook.com

www.rocook.com es la web donde encontrarás información actualizada sobre la cocina a baja temperatura así como nuevas recetas y cursos que te ayudarán a descubrir y, después, a perfeccionar tus dotes culinarias.

cata 

CATA ELECTRODOMÉSTICOS, S.L.
cna@cnagroup.es
Tel. +34 938 594 100
Ter, 2 · 08570
Torelló · Barcelona · Spain
ES B62734983

www.cata.es

Lékué

info@lekue.com
Tel. +34 935 742 640
Barcelona, 16 · 08120
La Llagosta · Spain
ES B61059754

www.lekue.com