

30 przepisów

COOK 'N' MIX - MIKSER KUCHARSKA



Zupa kalafiorowa ze szczypiorkiem	2
Zupa pomidorowa z chili i bazylią	5
Zupa grzybowa.	7
Zupa marchwiowa z kolendrą	8
Zupa ziemniaczana z porzem	11
Zupa z groszku z szynką	12
Zupa z brokułów z serem stilton	15
Zupa z czerwonych buraków	17
Zupa ze szpinaku i marchewki	19
Zupa z dyni maślanej.	20
Zupa z kurczakiem i gnocchi	23
Pikantna zupa fasolowa.	25
Słodko-kwaśna zupa z kapusty.	26
Śródziemno-morska zupa jarzynowa	28
Zupa z kurczaka z ryżem.	31
Rosół z kury z ciecierzycą	32
Zupa jarzynowa	34
Zupa z batatów z czerwoną papryką	36
Korzenna zupa jarzynowa	39
Rustykalna zupa pomidorowa	40
Kompot z jabłek z cynamonem	43
Kompot z truskawek, czarnych jagód i malin.	44
Kompot brzoskwiniowy	47
Kompot rabarbarowy z imbirem.	48
Kompot pomarańczowy z przyprawami	51
Truskawkowy smoothie	52
Bananowy smoothie	54
Zielony smoothie.	57
Vanilla milkshake	58
Ananasowopomarańczowy smoothie	61



SKŁADNIKI

4 porcje
50 g masła
1 por
1 cebula, drobno
posiekana
1 ząbek czosnku,
drobno posiekany
800 g różyczek z kalafiora,
grubo posiekanych
1 litr gorącego rosołu
drobiowego
250 ml śmietanki
kremówki 30%
2 łyżki stołowe
oliwy ekstra

ZUPA KALAFIO- ROWA ZE SZCZY- PIORKIEM

- › Por, cebulę, czosnek i kalafiora rozdrobnić i włożyć do urządzenia.
- › Dodać 1 litr gorącego rosołu drobiowego.
- › Dodać masło i 2 łyżki stołowe oliwy.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Dodać 200 ml śmietanki kremówki 30% i wymieszać.
- › Doprawić solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem oraz ponownie wymieszać.
- › Podawać z kleksem śmietanki i paroma kroplami oliwy na talerzu.





SKŁADNIKI

4 porcje

1 łyżka stołowa oliwy
1 mała cebula, posiekana
2 ząbki czosnku,
posiekane
1-2 łyżeczki płatków chili
400 g pomidorów
śliwkowych
½ łyżeczki zmielonego
czarnego pieprzu
800 ml wody
1 łyżeczka słodziku w
proszku
3 łyżki stołowe bazylii
10 g crème fraîche
½ łyżeczki soli

ZUPA POMIDOROWA Z CHILI I BAZYLIĄ

- › Cebulę i czosnek posiekać i wraz z 1 łyżką stołową oliwy dodać do urządzenia.
- › Dodać chili, pomidory i 800 ml wody.
- › Doprawić solą, pieprzem i słodzikiem.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna pisać.
- › Dodać bazylię i crème fraîche i wymieszać, aż zupa będzie kremowa.
- › Ozdobić świeżą bazylią.



SKŁADNIKI

3 porcje

25 g masła

1 duża cebula,
drobno posiekana

1 zielona papryka,
drobno posiekana

1 średni por,
drobno posiekany

1-2 ząbki czosnku,
zmiążdżone

300 g pieczarek,
utartych na tarce

2 łyżki stołowe mąki

450 ml wywaru
warzywnego

450 ml mleka

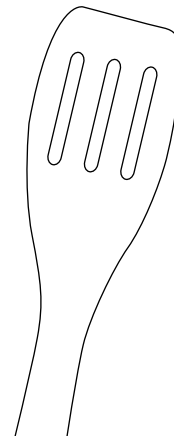
1 łyżka stołowa drobno
posiekanej
natki pietruszki

Sól i świeżo zmielony
czarny pieprz

1 łyżeczka posiekanego
świeżego tymianku

ZUPA GRZYBOWA

- › Cebulę, paprykę i pora posiekać i dodać do urządzenia.
- › Dodać masło, zmiążdżony czosnek i grzyby.
- › Wmieszać mąkę i stopniowo dodawać wywar warzywny, za każdym razem dobrze wymieszać.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Dodać mleko i posiekaną pietruszkę i doprawić solą i świeżo zmielonym, czarnym pieprzem.
- › Udekorować posiekanym tymiankiem.



SKŁADNIKI

4 porcje

1 łyżka stołowa
oleju roślinnego
1 cebula, pokrojona
w plasterki
450 g marchewki,
pokrojonej w plasterki
1 łyżeczka zmielonej
kolendry
1,2 litra wywaru
warzywnego
1 pęczek świeżej
kolendry, drobno
posiekanej



3

ZUPA MAR- CHWIOWA Z KOLENDRĄ

- › Cebulę i marchew pokroić w plasterki i włożyć do urządzenia.
- › Dodać zmieloną kolendrę i $\frac{1}{4}$ świeżej kolendry, wymieszać i dodać wywar warzywny i olej roślinny.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Udekorować świeżą kolendrą.



Pureed Soup

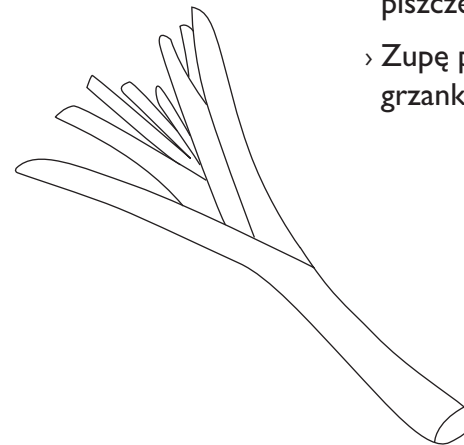
SKŁADNIKI

2 porcje

- 2 łyżki stołowe roztopionego masła
- 3 średnie pory, pokrojone na cienkie plasterki
- 250 ml wrzątku
- 1 kostka rosółowa rosół drobiowy o obniżonej zawartości soli
- 3 średniej wielkości ziemniaki, pokrojone w kostkę
- 3 średniej wielkości marchewki, pokrojone w cienkie plastry
- ½ łyżeczki suszonego majeranku
- ½ łyżeczki suszonego tymianku
- ½ łyżeczki pieprzu
- 500 ml chudego mleka
- Grzanki do dekoracji

ZUPA ZIEMNIA- CZANA Z POREM

- › Roztopione masło i por umieścić w urządzeniu.
- › Dodać wodę, mleka, kostkę rosółową, ziemniaki, marchew, majeranek, tymianek i pieprz.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Zupę przed podaniem udekorować grzankami.



SKŁADNIKI

4 porcje

2 łyżki stołowe oliwy

1 ½ cebuli, pokrojonej
w plasterki

10 plasterków boczku,
usmażonych i

rozdrobionych

2 zębki czosnku,

posiekane

600 g mrożonego
groszku, plus niewielka

ilość do dekoracji

600 ml gorącego wywaru
warzywnego

Szynka parmeńska

do dekoracji

ZUPA Z GROSZKU Z SZYNKĄ

- › Dodać do urządzenia olej, cebulę i usmażony boczek.
- › Dodać czosnek, groszek i wywar warzywny.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Przed podaniem udekorować niewielką ilością groszku i szynką parmeńską.

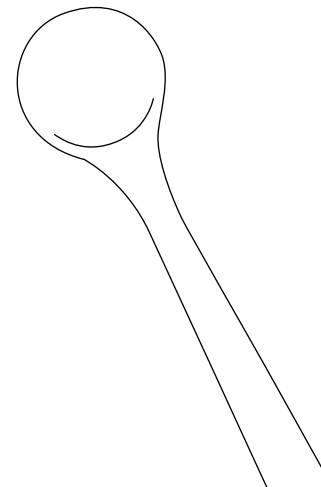


SKŁADNIKI

2 porcje
1 łyżka stołowa oliwy
55 g sera stilton
½ łyżki stołowej masła
½ dużej cebuli,
posiekanej
1 ząbek czosnku,
posiekany
250 g brokułów
(różyczki i głąb),
posiekane
300 ml gorącego rosołu
drobiowego
Sól i czarny pieprz
1 żółtko
3 łyżki stołowe śmietanki
kremówki 30%
Grzanki do dekoracji

ZUPA Z BROKU- ŁÓW Z SEREM STILTON

- › Dodać do urządzenia olej, masło, czosnek i cebulę.
- › Dodać pokrojone brokuły i gorący rosół drobiowy, dobrze wymieszać.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Doprawić solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem.
- › Żółtko i śmietankę wymieszać w misce, dodać do gorącej zupy.
- › Ser stilton rozkruszyć nad gorącą zupą, podawać z grzankami.



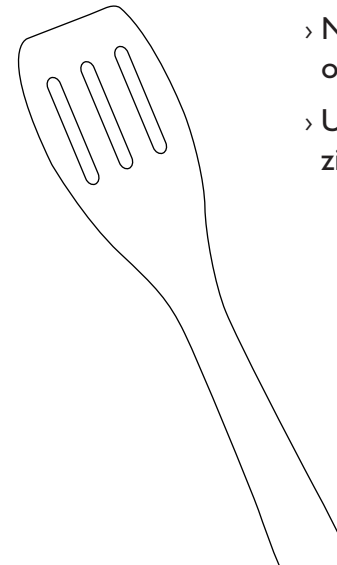
SKŁADNIKI

4 porcje

- 3 łyżki stołowe oliwy
- 1 duża cebula, posiekana
- 3 ząbki czosnku, posiekane
- 8 średnich czerwonych buraków, obranych i pokrojonych
- 1 litr bulionu wołowego
- Sól i świeżo zmielony czarny pieprz
- Śmietanka kremówka 30% do dekoracji
- Mieszanka ziaren do przybrania

ZUPA Z CZERWONYCH BURAKÓW

- › Cebulę i czosnek posiekać, dodać z oliwą do urządzenia.
- › Dodać pokrojone czerwone buraki, bulion, wymieszać, doprawić solą i pieprzem.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Udekorować kleksem śmietanki i szczyptą ziaren.



SKŁADNIKI

2 porcje

200 g szpinaku
2 marchewki, pokrojone
na grube plastry
3 ząbki czosnku,
posiekane
700 ml wywaru
warzywnego
30 g sera cheddar
1 cebula, posiekana
3 suszone papryczki
peperoni
Sól i pieprz

ZUPA ZE SZPINAKU I MARCHEWKI

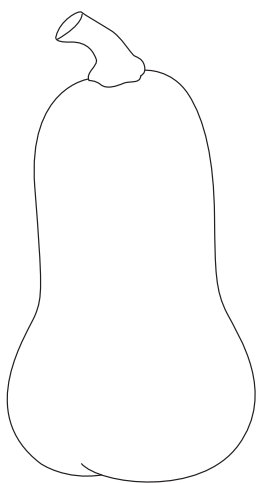
- › Marchew, cebulę i czosnek rozdrobnić i razem ze szpinakiem dodać do urządzenia.
- › Dodać 700 ml wywaru warzywnego, papryczki peperoni i ser cheddar.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Podawać z grzankami.



SKŁADNIKI

2 porcje

½ dyni maślanej,
rozdrobionej
2 marchewki,
pokrojone w kostkę
2 cebule, pokrojone
w kostkę
1 litr wywaru
warzywnego
1 łyżeczka mieszanki
przypraw
1 szczypta soli i pieprzu
Boczek pokrojony
w kostkę do dekoracji
Śmietanka kremówka
30% do dekoracji



ZUPA Z DYNI MAŚLANEJ

- › Dynię maślaną, marchew i cebulę rozdrobnić i dodać do urządzenia.
- › Dodać 1 łyżeczkę mieszanki przypraw, wywaru warzywnego, sól i pieprz.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu PUREED SOUP zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na zakończenie czasu gotowania, po upływie ok. 21 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Udekorować pokrojonym w kostkę boczkiem i kleksem śmietanki.



Chunky Soup

SKŁADNIKI

4 porcje
2 cebule, pokrojone
w plastry
2 gałązki selera,
drobno posiekane
2 marchewki, oczyszczone
i drobno posiekane
25 g mąki
1,2 l rosółu drobiowego
250 g ugotowanych
gnocchi
450 g ugotowanego
mięsa
z kurczaka, w plastrach
1 łyżka stołowa drobno
posiekanej
natki pietruszki
Sól i świeżo zmielony
czarny pieprz

ZUPA Z KURCZAKIEM I GNOCCHI

- › Cebulę, seler i marchew rozdrobnić i dodać do urządzenia.
- › Dodać mąkę, wymieszać, dodać rosół drobiowy i dobrze wymieszać.
- › Na koniec dodać ugotowane mięso i gnocchi.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Doprawić do smaku solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem.
- › Dodać natkę pietruszki, wymieszać i podawać.



SKŁADNIKI

4 porcje

- 1 łyżka stołowa roztopionego masła
- 1 ziemniak, pokrojony w kostkę
- 1 duża cebula, posiekana
- 2 ząbki czosnku, zmiążdżone
- 1 czerwona papryka, pokrojona w kostkę
- 2 gałązki selera, pokrojone w kostkę
- 75 g ugotowanej kielbasy chorizo, pokrojonej w kostkę
- 1 łyżka stołowa koncentratu pomidorowego
- 450 ml wywaru warzywnego
- 200 g rozdrobnionych pomidorów z puszki
- Sól
- 400 g ugotowanych ziaren fasoli borlotti
- Chrupiący biały chleb do podania
- Pieprz
- 1 łyżeczka posiekanej świeżej bazylii

PIKANTNA ZUPA FASOŁOWA

- › Cebulę, czosnek i roztopione masło dodać do urządzenia.
- › Dodać paprykę, seler i ziemniaki, następnie chorizo, koncentrat pomidorowy, świeżą bazylię, rozdrobnione pomidory, wymieszać, doprawić solą i pieprzem.
- › Dodać ugotowane ziarna fasoli i dobrze wymieszać.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Podawać z chrupiącym chlebem i kilkoma listkami bazylii.

SKŁADNIKI

1 porcja

1 mały ziemniak, obrany,
pokrojony w kostkę
250 ml gorącego wywaru
warzywnego
½ białej kapusty,
rozdrobiona
1 kieliszek białego wina
½ łyżeczki kminu
rzymskiego
1 łyżka stołowa octu
z białego wina
1 łyżeczka miodu

SŁODKO- KWAŚNA ZUPA Z KAPUSTY

- › Ziemniak, wywar warzywny, białą kapustę i białe wino dodać do urządzenia.
- › Dodać kmin rzymski i ocet z białego wina.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Po upływie czasu gotowania, ok. 28 minutach, urządzenie zacznie pisać.
- › Skropić miodem i podawać.



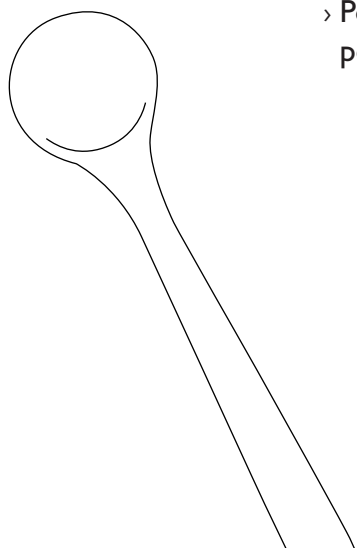
SKŁADNIKI

6 porcji

1 łyżeczka soli
1 litr rosół drobiowego
200 g czerwonej cebuli,
pokrojonej w plastry
200 g cukinii
200 g czerwonej papryki
100 g ziemniaków
Posiekana natka
pietruszki

ŚRÓDZIEMNO- MORSKA ZUPA JARZYNOWA

- › Rozdrobnione warzywa, sól i rosół dodać do urządzenia.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Posypać posiekaną natką pietruszki i podawać ze świeżym chlebem.



SKŁADNIKI

4 porcje

1 mała cebula

1 gałązka selera

375 ml gorącego rosółu
drobiowego

225 g mrożone
mieszanki warzywnej

85 ml ostrego sosu

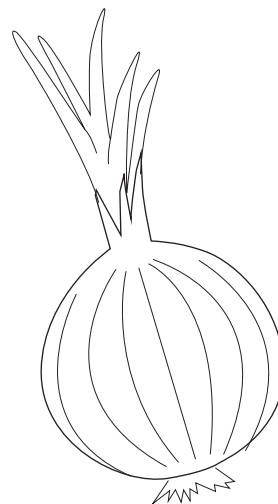
175 g gotowanego
mięsa z kurczaka

100 g ugotowanego
białego ryżu

500 ml wody

ZUPA Z KURCZAKA Z RYŻEM

- › Gorący rosół drobiowy i mięso z kurczaka dodać do urządzenia.
- › Dodać zamrożoną mieszankę warzywną, posiekany seler, wody, ostry sos i drobno posiekaną cebulę.
- › Na końcu dodać ryż i dobrze wymieszać.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.



SKŁADNIKI

2 porcje

200 g ciecierzycy
(ugotowanej, z puszki)
800 ml rosółu
drobiowego
250 g mięsa z kurczaka
(ugotowanego, pokrojone-
go w kostkę)
1 kieliszek
czerwonego wina
405 g pomidorów
z puszki
1 łyżeczka rozmarynu
4 - 5 ząbków czosnku
2 marchewki
(drobno pokrojone w
stylu julienne)
3 główki brokułów
(pocięte w różyczki)
1 cebula
1 łyżka stołowa oliwy

ROSÓŁ Z KURY Z CIECIERZYCĄ

- › Rosół drobiowy, rozmaryn, marchew, brokuły i rosół drobiowy dodać do urządzenia.
- › Dodać cebulę, olej, czosnek, wino i pomidory.
- › Dodać ugotowaną ciecierzycę i ugotowane mięso z kurczaka.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Skropić kilkoma kroplami oliwy i podawać.



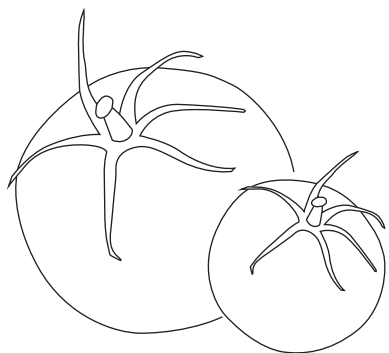
SKŁADNIKI

2 porcje

50 g posiekanej cebuli
2 ząbki czosnku,
posiekane
200 cukinii, plastry
½ średniej marchewki,
pokrojonej w plasterki
75 g pomidorów, pokroj-
onych w kostkę
lub w plastry
1 łyżka stołowa drobno
posiekanej
natki pietruszki
200 g fasoli półksiężycow-
atej (gotowanej)
½ łyżeczki pieprzu
500 ml rosolu
drobiowego
2 łyżeczki posiekanego
szcypiorku

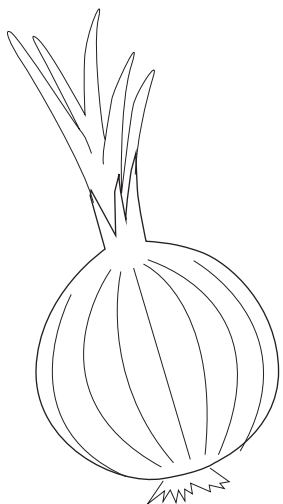
ZUPA JARZYNOWA

- › Posiekać cebulę i czosnek i dodać do urządzenia.
- › Pozostałe składniki (bez fasoli i szczypiorku) dodać do urządzenia.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Dodać fasolę i udekorować szczypiorkiem.



SKŁADNIKI

4 porcje
4 bataty
3 czerwone papryki
1 duża biała cebula
1 mała czerwona
papryczka chili, drobno
posiekana
2 ząbki czosnku
2 łyżeczki papryki
w proszku
1 łyżeczka kminu
rzymskiego
Sól i pieprz do smaku
500 ml wywaru
z warzyw
100 ml śmietanki
kremówki 30%
55 g masła



ZUPA Z BATATÓW Z CZERWONĄ PAPRYKĄ

- › Bataty, paprykę i cebulę rozdrobnić i dodać do urządzenia.
- › Dodać drobno posiekaną papryczkę chili oraz posiekany w plasterki czosnek z masłem.
- › Dodać paprykę w proszku i kmin rzymski, zalać 500 ml wywaru warzywnego.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Doprawić solą i pieprzem, dodać śmietankę i dobrze wymieszać.



SKŁADNIKI

4 porcje
1 średnia
brukiew (500 g)
2 średnie marchewki
1 średni pasternak
1 duża cebula
2 łyżki stołowe oliwy
2 ząbki czosnku,
posiekane
1 litr gorącego wywaru
warzywnego
400 g fasoli półksiężycowej z puszki, wypłukanej
i odsączonej
½ łyżeczki rozmarynu
Sól i mielony
czarny pieprz

KORZENNA ZUPA JARZYNOWA

- › Brukiew, marchew, pasternak i cebulę pokroić w małe kawałki i z 2 łyżkami stołowymi oliwy dodać do urządzenia.
- › Dodać czosnek, gorący wywar warzywny, fasolę półksiężycową i rozmaryn.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Po upływie czasu gotowania, ok. 28 minutach, urządzenie zacznie pisać.
- › Podawać z chrupiącym chlebem.



SKŁADNIKI

4 porcje

- 1 cebula, posiekana
- 1 marchewka, pokrojona w kostkę
- 2 ząbki czosnku
- 1 kg posiekanych pomidorów
- 1 litr gorącego wywaru warzywnego
- 1 łyżka stołowa suszonych na słońcu pomidorów w oleju
- 1 szczypta cukru
- 2 łyżki stołowe oliwy
- Świeża bazylija do dekoracji

RUSTYKALNA ZUPA POMIDOROWA

- › Cebulę, marchew i ząbki czosnku drobno posiekać i z 2 łyżkami stołowymi oliwy dodać do urządzenia.
- › Dodać gorący wywar warzywny, pomidory, szczyptę cukru i drobno pokrojone suszone pomidory.
- › Naciskać przycisk MODE tyle razy, aż zacznie migać lampka programu CHUNKY SOUP. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 28 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.



SKŁADNIKI

1 kg jabłek deserowych
50 ml wody
6 łyżek stołowych cukru
½ łyżeczki cynamonu

KOMPOT Z JABŁEK Z CYNAMONEM

- › Napętnić urządzenie wodą.
- › Obrane jabłka pokroić w małe kawałki i dodać do urządzenia.
- › Dodać 6 łyżek stołowych cukru i ½ łyżeczki cynamonu.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu COMPOTE zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 13 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Podawać z musli jako pyszne śniadanie.

SKŁADNIKI

200 g truskawek
200 g czarnych jagód
500 g malin
2 łyżki stołowe cukru
1 łyżeczka esencji
waniliowej
100 ml wody

KOMPOT Z TRUSKAWEK, CZARNYCH JAGÓD I MALIN

- › Napełnić urządzenie wodą.
- › Truskawki pokroić na kawałki o wielkości ok. 2 cm i włożyć do urządzenia.
- › Dodać czarne jagody i maliny.
- › Dodać 2 łyżki stołowe cukru i 1 łyżeczkę esencji waniliowej.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu COMPOTE zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 13 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Podawać z lodami waniliowymi.





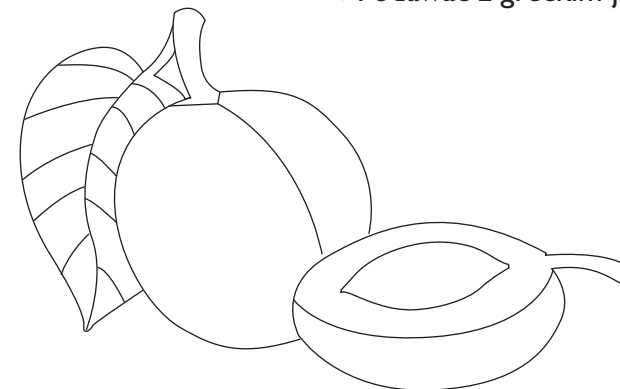
Compote

SKŁADNIKI

2 kg brzoskwiń
Sok z 1 cytryny
2 łyżki stołowe miodu
1 łyżeczka esencji
waniliowej

KOMPOT BRZOSKWINIOWY

- › Usunąć pestki, brzoskwinie pokroić na małe kawałki.
- › Brzoskwinie, sok z cytryny, 2 łyżki stołowe miodu i 1 łyżeczkę esencji z wanilii dodać do urządzenia.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu COMPOTE zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 13 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Podawać z greckim jogurtem.



SKŁADNIKI

500 g rabarbaru
100 g cukru
100 ml wody
1 mały kawałek (1 cm)
świeżego imbiru
(utarty)

KOMPOT RABARBAROWY Z IMBIREM

- › Napęlnić urządzenie wodą.
- › Rabarbar pokroić na małe kawałki i dodać do urządzenia.
- › Dodać 100 g cukru oraz starty imbir i dobrze wymieszać.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu COMPOTE zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 13 minut, urządzenie zaczyna piszczeć.
- › Jeżeli kompot jest za gęsty, dodać nieco wrzątku.
- › Doskonale smakuje z bitą śmietaną lub sosem waniliowym.



SKŁADNIKI

1,5 pomarańczy
1 łyżeczka ziela
angielskiego
100 ml soku
pomarańczowego
3 łyżki stołowe cukru
trzcinyowego
½ łyżeczki cynamonu

KOMPOT POMARAŃCZOWY Z PRZYPRAWAMI

- › Pomarańcze obrać, pokroić na kawałki i dodać do urządzenia.
- › Dodać 1 łyżeczkę ziela angielskiego, ½ łyżeczki cynamonu i 100 ml soku pomarańczowego i wymieszać z cukrem trzcinyowym.
- › Naciskać przycisk MODE tak długo, aż lampka programu COMPOTE zacznie migać. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Na koniec czasu gotowania, po upływie ok. 13 minut, urządzenie zaczyna pisać.

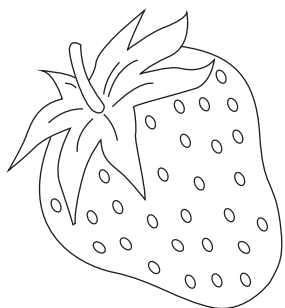


SKŁADNIKI

500 g dojrzałych
truskawek
4 banany
400 g naturalnego jogurtu
250 ml świeżo
wyciśniętego soku
z pomarańczy
2 łyżki stołowe cukru

TRUSKAWKOWY SMOOTHIE

- › Truskawki pokroić na pół i dodać do urządzenia.
- › Banany obrać, pokroić na małe kawałki i razem z jogurtem, sokiem pomarańczowym i 2 łyżkami stołowymi cukru dodać do urządzenia.
- › Przycisk **MODE** naciskać tyle razy, aż zacznie migać lampka programu **SMOOTHIE**. Następnie nacisnąć przycisk **START/STOP**.
- › Gdy smoothie będzie gotowy po upływie ok. 2 minut, urządzenie zacznie pisać.

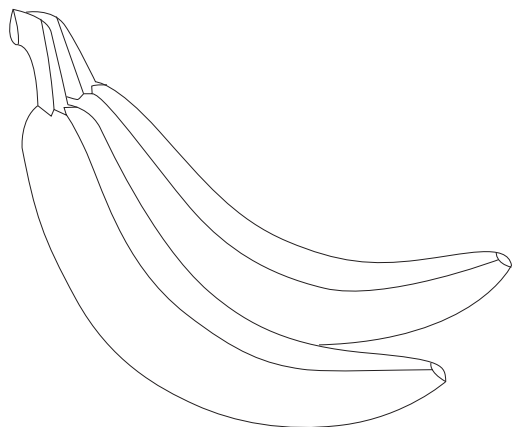


SKŁADNIKI

4 banany
550 ml półtłustego mleka
(do wyboru 550 ml mleka sojowego lub migdałowego)
8 łyżek stołowych wody
4 łyżki stołowe cukru trzcinowego
16 rozdrobnionych kostek lodu

BANANOWY SMOOTHIE

- › Banany obrać, pokroić na małe kawałki i dodać do urządzenia.
- › Dodać wodę, mleka, cukier trzcinowy i pokruszone kostki lodu.
- › Przycisk MODE naciskać tyle razy, aż zacznie migać lampka programu SMOOTHIE. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Gdy smoothie będzie gotowy po upływie ok. 2 minut, urządzenie zacznie piszczeć.

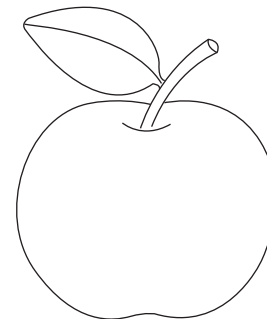


SKŁADNIKI

- 4 banany pokrojone na plasterki
- 600 g zielonych winogron
- 600 g jogurtu waniliowego
- 2 jabłka, bez pestek i pokrojone
- 200 g świeżych liści szpinaku

ZIELONY SMOOTHIE

- › Banany obrać, pokroić na małe kawałki i dodać do urządzenia.
- › Winogrona pokroić na połówki i razem z obranymi i pokrojonymi jabłkami dodać do urządzenia.
- › Na koniec dodać jogurt waniliowy i liście szpinaku.
- › Przycisk MODE naciskać tyle razy, aż zacznie migać lampka programu SMOOTHIE. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Gdy smoothie będzie gotowy po upływie ok. 2 minut, urządzenie zacznie piszczeć.



SKŁADNIKI

1 litr mleka
750 ml lodów
waniliowych
2 laski wanilii

VANILLA MILKSHAKE

- › Nalać mleko do urządzenia.
- › Dodawać lody waniliowe w kilku porcjach.
- › Laski wanilii rozkroić wzdłużnie i usunąć miąższ.
- › Dodać miąższ do urządzenia.
- › Przycisk MODE naciskać tyle razy, aż zacznie migać lampka programu SMOOTHIE. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Gdy shake mleczny będzie gotowy (po upływie ok. 2 minut), urządzenie zacznie pisać.



SKŁADNIKI

500 g plasterków ananasa
3 marchewki
3 obrane pomarańcze
300 ml wody

ANANASOWO- POMARAŃCZO- WY SMOOTHIE

- › Marchew i pomarańcze obrać, pokroić na kawałki i dodać do urządzenia.
- › Dodać wodę i kawałki ananasa.
- › Przycisk MODE naciskać tyle razy, aż zacznie migać lampka programu SMOOTHIE. Następnie nacisnąć przycisk START/STOP.
- › Gdy smoothie będzie gotowy po upływie ok. 2 minut, urządzenie zaczyna pisać.



Uszczelka, CV: © tashka2000/www.fotolia.com
S. 1, 44 : © Dmitry Ersler/www.fotolia.com
S. 5, 51, 61 : © egorxfi/www.fotolia.com
S. 8, 19 : © Nomad_Soul/www.fotolia.com
S. 12, 32 : © Soyka/www.fotolia.com
S. 43 : © Kesu/www.fotolia.com
S. 48 : © Irochka/www.fotolia.com
S. 55 : © lecić/www.fotolia.com
S. 58 : © Christian Fischer/www.fotolia.com
S. 59 : © HandmadePictures/www.fotolia.com
S. 3, 4, 6, 9, 10, 13, 14, 16, 18, 21, 22,
24, 27, 29, 30, 33, 35, 37, 38, 41, 42, 45,
46, 49, 50, 53, 56, 60:
© www.maryannemadden.com

Wskazówka:

Ilustracje w tym zeszycie z przepisami mają charakter przykładowy i w zależności od stopnia dojrzałości oraz rodzaju warzyw/owoców mogą różnić się od uzyskanego wyniku.

KOMPERNASS HANDELS GMBH
BURGSTRASSE 21
44867 BOCHUM
GERMANY
www.kompernass.com