

Betty Bossi

Parfaitement mixé



Le plaisir en toute simplicité

Blender, noir, 1.75 l

Chère lectrice, cher lecteur,
Nous vous félicitons d'avoir choisi le blender noir 1.75 l. L'équipe développement produits Betty Bossi se met en quatre pour vous proposer des ustensiles de cuisine utiles et innovants avec la fameuse garantie de réussite Betty Bossi. Votre satisfaction est dès lors notre principal objectif. Nous sommes convaincus que le blender noir 1.75 l saura vous enthousiasmer. Et pour que vous puissiez vous lancer sans attendre, nous avons concocté d'épatantes idées de recettes.

Nous vous laissons au plaisir de confectionner smoothies, soupes et autres surprises.

Bien cordialement,



Frozen Daiquiri à la fraise	4
Hugo Sweet	4
Houmous à la betterave	6
Houmous aux edamame	7
Gaspacho au maïs	8
Velouté de tomate, lard et croûtons	10
Smoothie à la mangue	12
Smoothie à l'ananas	13
Frappé moka-coco	14
Frappé vanille-framboise	14
Drink à l'amande	16



Blender, noir, 1.75 l (n° d'art. 25978). Lave-vaisselle autorisé pour le bol mixeur et le couvercle, lave-vaisselle interdit pour l'unité moteur et l'ensemble porte-lames. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à recurer, ni ouate d'acier.

Mode d'emploi

Mise en service

Veillez consulter le mode d'emploi livré avec le blender noir 1.75 l pour des informations détaillées sur son utilisation et son nettoyage.

1. Préparez les ingrédients comme indiqué dans la recette.
2. Placez l'unité moteur sur un plan de travail sec et plat.
3. Assurez-vous que l'appareil est débranché et que le bouton rotatif est sur la position OFF.
4. Mettez les ingrédients préparés dans le bol mixeur.
5. Fermez le bol mixeur avec le couvercle, et l'orifice de remplissage avec le bouchon-verre gradué.
6. Placez le bol mixeur sur l'unité moteur pour qu'il s'encastre.
7. Branchez l'appareil dans une prise de courant appropriée.
8. Tournez le bouton rotatif sur la position ON. Les trois voyants des touches de fonction s'allument.
9. Tournez le bouton rotatif sur une position entre MIN et MAX ou mixez quelques secondes en activant le programme Pulse. Ou alors mixez en sélectionnant l'un des trois programmes suivants dans la position ON:



Programme smoothie



Programme nettoyage automatique



Programme glace pilée

10. Tournez le bouton rotatif sur la position OFF.
11. Patientez jusqu'à ce que les lames soient à l'arrêt complet et débranchez l'appareil.

Remarque: l'appareil ne fonctionne que si le bol mixeur est bien encastré dans l'unité moteur et que le couvercle repose correctement sur le bol.

1

Frozen Daiquiri à la fraise

🕒 10 min 🌿 végétarienne 🚫 sans gluten 🚫 sans lactose

Pour 4 verres d'env. 2 dl

24 glaçons	Mettre dans le bol mixeur glaçons, fraises,
250 g de fraises	rhum et sirop de fleur de sureau. Presser le
2 dl de rhum (p. ex. Captain Morgan)	jus des citrons verts, ajouter (env. 1 dl).
1 dl de sirop de fleur de sureau	Fermer le couvercle, mixer à vitesse lente.
2 citrons verts	Verser le daiquiri dans les verres.

Suggestion: frotter le bord des verres avec un peu de jus de citron vert, puis le tremper dans du sucre.

Portion (¼): 225 kcal, lip 0 g, glu 26 g, pro 0 g

2

Hugo Sweet

🕒 10 min 🌿 végétarienne 🚫 sans gluten 🚫 sans lactose

Pour 4 verres d'env. 2 dl

½ bouquet de menthe	Couper grossièrement la menthe, la mettre
400 g de sorbet citron	dans le bol mixeur avec sorbet, prosecco et
4 dl de prosecco ou de mousseux sans alcool (p. ex. Rimuss)	sirop de fleur de sureau. Fermer le couvercle,
2 c. s. de sirop de fleur de sureau	mixer à vitesse lente. Verser le hugo dans les verres.

Portion (¼): 206 kcal, lip 0 g, glu 34 g, pro 1 g



Houmous à la betterave

🕒 25 min 🌱 végétarienne 🚫 sans gluten 🚫 sans lactose

1 boîte de pois chiches
(d'env. 435 g)

2 betteraves cuites
(env. 200 g)

2 gousses d'ail

4 c. s. de tahina
(crème de sésame)

1 c. c. de cumin

1 c. s. de za'atar
(mélange d'épices
oriental)

2 c. c. d'huile d'olive

2 c. c. de jus de citron

½ c. c. de sel

un peu de poivre

Rincer les pois chiches, égoutter. Peler les betteraves et les couper en morceaux, mettre les deux dans le bol mixeur. Peler l'ail, l'ajouter avec tahina, cumin, za'atar, huile et jus de citron. Fermer le couvercle, mixer à vitesse lente, saler, poivrer.

Portion (¼): 235 kcal, lip 15 g, glu 19 g, pro 8 g



Houmous aux edamame

🕒 25 min 🌱 végétarien 🚫 sans gluten 🚫 sans lactose

1 boîte de pois chiches
(d'env. 215 g)

140 g d'edamame
écossés

1 gousse d'ail

4 c. s. de tahina

½ c. c. de flocons de
piment

½ dl d'eau

2 c. s. d'huile d'olive

$\frac{3}{4}$ de c. c. de sel

Rincer les pois chiches, égoutter, mettre dans le bol mixeur avec les edamame. Peler l'ail, l'ajouter avec le tahina et les flocons de piment. Verser l'eau et l'huile. Fermer le couvercle, mixer à vitesse lente, saler.

Suggestion: remplacer les edamame par 140 g de petits pois surgelés, légèrement décongelés.

Portion (¼): 265 kcal, lip 19 g, glu 8 g, pro 12 g



Gaspacho au maïs

🕒 35 min + 1 h au frais



végétarien



sans gluten

Pour 4 verrines d'env. 2 dl

**2 épis de maïs
précuits**

(env. 480 g)

1 poivron jaune

1 piment

½ concombre

1 oignon

1 gousse d'ail

**125 g de tomates cerises
jaunes**

1 c. s. d'huile d'olive

**1 c. s. de vinaigre de
vin blanc**

5 dl d'eau

1½ c. c. de sel

Égrainer les épis de maïs avec un couteau à pain, mettre dans le bol mixeur. Partager le poivron et le piment en deux, épépiner, couper en morceaux avec le concombre, ajouter. Peler l'oignon et l'ail, les couper en morceaux, ajouter avec les tomates. Verser huile, vinaigre et eau. Fermer le couvercle, mixer, saler. Mettre le gaspacho env. 1 h à couvert au frais.

4 c. c. de yogourt nature

**1 c. c. de flocons de
piment**

Dresser le gaspacho avec le yogourt et les flocons de piment.

Portion (¼): 195 kcal, lip 6 g, glu 27 g, pro 7 g





Velouté de tomate, lard et croûtons

🕒 45 min  sans lactose

Pour 4 bols d'enu. 2½ dl

1 oignon rouge
1 gousse d'ail
700 g de tomates
1 c. s. d'huile d'olive
3 dl de bouillon de légumes

Peler l'oignon et l'ail, les couper en morceaux avec les tomates. Faire chauffer l'huile dans une casserole. Faire revenir l'oignon et l'ail. Ajouter les tomates et les faire revenir. Verser le bouillon, porter à ébullition. Baisser le feu, laisser cuire doucement env. 20 min à couvert. Verser la soupe dans le bol mixeur, fermer le couvercle, mixer.

4 tranches de pain de mie (enu. 100 g)
80 g de tranches de lard
1 c. s. d'huile d'olive

Couper le pain en petits dés, et le lard en lanières. Bien faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive. Faire rissoler le pain et le lard env. 3 minutes.

2 brins de basilic

Dresser le velouté. Effeuillez le basilic, répartir dessus avec le lard et les croûtons.

Portion (¼): 232 kcal, lip 14 g, glu 19 g, pro 7 g





Smoothie à la mangue

🕒 15 min

🌿 végétarien

🚫 sans gluten

🚫 sans lactose

Pour 2 verres d'env. 2 dl

1 mangue
(d'env. 450 g)

2 oranges bio
1½ dl de drink
à l'amande

Peler la mangue, couper la chair de part et d'autre du noyau plat, la détailler en morceaux d'env. 2 cm. Râper un peu de zeste d'orange, presser tout le jus. Mettre dans le bol mixeur mangue, drink à l'amande, jus et zeste d'orange. Fermer le couvercle, mixer.

Portion (¼): 233 kcal, lip 5 g, glu 42 g, pro 3 g



Smoothie à l'ananas

🕒 15 min

🌿 végétarien

🚫 sans gluten

🚫 sans lactose

Pour 2 verres d'env. 2 dl

-
- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1 ananas
(d'env. 600 g) | Peler l'ananas et les kiwis, les couper en morceaux d'env. 2 cm, mettre dans le bol mixeur. Effeuille la menthe, ajouter, verser l'eau. Fermer le couvercle, mixer. |
| 2 kiwis | |
| ½ bouquet de menthe | |
| 1dl d'eau | |
-

Servir avec: lamelles de coco séchées.

Portion (¼): 233 kcal, lip 5 g, glu 42 g, pro 3 g



1

Frappé moka-coco

🕒 10 min 🥕 végétarien 🚫 sans gluten

Pour 4 verres d'env. 2 dl

2 dl de lait	Mettre dans le bol mixeur lait, lait de coco, glace, espresso, noix de coco râpée et sucre. Fermer le couvercle, mixer.
2 dl de lait de coco	
300 g de glace café	
1 espresso	
40 g de noix de coco râpée	
2 c. c. de sucre	

Portion (¼): 361 kcal, lip 24 g, glu 28 g, pro 7 g

2

Frappé vanille-framboise

🕒 10 min 🥕 végétarien 🚫 sans gluten

Pour 4 verres d'env. 2 dl

3 dl de lait	Mettre dans le bol mixeur lait, glace et framboises. Fendre la gousse de vanille dans la longueur, gratter les graines, ajouter. Fermer le couvercle, mixer.
300 g de glace vanille	
250 g de framboises	
1 gousse de vanille	

Portion (¼): 231 kcal, lip 10 g, glu 29 g, pro 5 g



1

2

Drink à l'amande

🕒 15 min + 12 h de trempage

🌿 végétane

🚫 sans gluten

🚫 sans lactose

Pour env. 6 dl

200 g d'amandes entières

6 dl d'eau froide

Mettre les amandes dans un grand bol, arroser avec l'eau froide, faire tremper env. 12 h ou toute une nuit à couvert au réfrigérateur. Rincer les amandes sous l'eau froide dans une passoire, égoutter.

6 dl d'eau froide
2 pincées de sel

Mettre les amandes dans le bol mixeur avec l'eau froide et le sel. Fermer le couvercle, mixer finement. Verser la purée d'amande dans une passoire tapissée d'une étamine, bien essorer. Verser le drink à l'amande recueilli dans une bouteille à fermeture mécanique propre et rincée à l'eau bouillante, bien fermer et garder au réfrigérateur.

1 dl: 148 kcal, lip 12 g, glu 1 g, pro 6 g

