

Säfte & Shots

Jus et shots vitaminés



Mode d'emploi

Mise en service
 Veuillez consulter le mode d'emploi livré avec le Slow Juicer, compact pour des informations détaillées sur son utilisation et son nettoyage.

Bon à savoir
 → Pour les légumes-feuilles tels que épinards, chou plume, etc.: couper les tiges en tronçons de 3 à 5 cm et placer les feuilles enroulées dans la cheminée de remplissage.
 → Dénoyer les fruits à noyau tels que pêches, abricots, prunes, mangues, cerises, etc., et épépiner le melon.
 → Éplucher les fruits ayant une écorce dure ou épaisse tels que oranges, citrons, ananas, melons, kiwis ou betteraves rouges.
 → Ne jamais mettre d'aliments congelés dans l'appareil.
 → Ne pas extraire le jus d'aliments à forte teneur en amidon tels que avocats, bananes, etc.
 → Respecter l'ordre des ingrédients.

Slow Juicer, compact (n° d'art. 25702). Tous les éléments amovibles sauf le poussoir et le bloc moteur passent au lave-vaisselle. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récurer, ni ouate d'acier.

Anwendung

Gerät in Betrieb nehmen
 Für ausführliche Informationen zum Gebrauch und zur Reinigung des Slow Juicer Compact beachten Sie bitte die beigelegte Gebrauchsanweisung.

Wissenswertes zum Juicer
 → Bei Blattgemüse wie Spinat, Federkohl usw. die Stängel in 3–5 cm lange Scheiben schneiden und die Blätter zusammengerollt in den Einfülltrichter legen.
 → Bei Steinobst wie Pfirsichen, Aprikosen, Pflaumen, Mangos, Kirschen usw. und bei Melonen müssen die Kerne entfernt werden.
 → Bei Früchten mit einer harten bzw. dicken Schale wie Orangen, Zitronen, Ananas, Melonen, Kiwis oder Rinden muss die Schale entfernt werden.
 → Niemals gefrorene Lebensmittel in das Gerät geben.
 → Sehr stärkehaltige Lebensmittel wie Avocados, Bananen usw. sollten nicht entsaftet werden.
 → Die Reihenfolge der Zutaten einhalten.

Slow Juicer Compact (Art.-Nr. 25702). Alle abnehmbaren Teile – ausser Stopfer und Motoreinheit – spülmaschinengeeignet. Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

Cocktail caraïbe

5 min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Pour env. 5 dl

- 3 **fruits de la passion**, coupés en deux, pulpe
- 2 **mangues**, épluchées, en morceaux (soit env. 600 g)
- 1 à 1½ dl **de lait de coco**, froid

Extraire le jus de fruit de la passion et de mangue, bien incorporer le lait de coco, verser dans des verres.

1 dl: 130 kcal, lip 4 g, glu 19 g, pro 2 g

Perle exotique

5 min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Pour env. 5 dl

- 1 **tige de citronnelle**, coupée grossièrement
- 1½ kg **d'ananas**, épluché, cœur ligneux retiré, en morceaux (soit env. 650 g)
- 2 dl **d'eau minérale gazeuse** ou de prosecco

Extraire le jus de citronnelle et d'ananas, incorporer l'eau minérale ou le prosecco, verser dans des verres.

1 dl: 68 kcal, lip 0 g, glu 15 g, pro 1 g

Caribbean Drink

5 Min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Ergibt ca. 5 dl

- 3 **Passionsfrüchte**, halbiert, Fruchtfleisch herausgelöst
- 2 **Mangos**, geschält, in Stücken (ergibt ca. 600 g)
- 1–1½ dl **Kokosmilch**, kalt

Passionsfruchtfleisch und Mangos entsaften, Kokosmilch gut darunterrühren, in Gläser giessen.

1 dl: 130 kcal, F 4 g, Kh 19 g, E 2 g

Exotische Perle

5 Min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Ergibt ca. 5 dl

- 1 **Stängel Zitronengras**, grob geschnitten
- 1½ kg **Ananas**, geschält, Strunk entfernt, in Stücken (ergibt ca. 650 g)
- 2 dl **Mineralwasser mit Kohlensäure** oder Prosecco

Zitronengras und Ananas entsaften, Mineralwasser oder Prosecco darunterrühren, in Gläser giessen.

1 dl: 68 kcal, F 0 g, Kh 15 g, E 1 g

Shot grenade-gingembre

5 min.
~~sans gluten~~ ~~sans lactose~~
 Pour env. 2½ dl

- 20 g **de gingembre**, en morceaux
- 1 **grenade**, graines
- 200 g **d'oranges sanguines**, épluchées, en morceaux
- ½ **citron**, épluché, en morceaux

Extraire le jus de gingembre, de grenade, d'orange et de citron, verser dans des verres à shot.

1 dl: 81 kcal, lip 1 g, glu 17 g, pro 2 g

Shot au chou plume

5 min.
~~sans gluten~~ ~~sans lactose~~
 Pour env. 3 dl

- 100 g **de chou plume**, en morceaux
- 450 g **de poires**, épépinées, en morceaux
- 1 **citron vert**, épluché, en morceaux

Extraire le jus de chou plume, de poire et de citron vert, verser dans des verres à shot.

1 dl: 94 kcal, lip 1 g, glu 17 g, pro 2 g

Granatapfel-Ingwer-Shot

5 Min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Ergibt ca. 2½ dl

- 20 g **Ingwer**, in Stücken
- 1 **Granatapfel**, nur ausgelöste Kerne
- 200 g **Blutorangen**, geschält, in Stücken
- ½ **Zitrone**, geschält, in Stücken

Ingwer, Granatapfel, Orange und Zitrone entsaften, in Shot-Gläser giessen.

1 dl: 81 kcal, F 1 g, Kh 17 g, E 2 g

Federkohl-Shot

5 Min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Ergibt ca. 3 dl

- 100 g **Federkohl**, in Stücken
- 450 g **Birnen**, entkernt, in Stücken
- 1 **Limette**, geschält, in Stücken

Federkohl, Birnen und Limette entsaften, in Shot-Gläser giessen.

1 dl: 94 kcal, F 1 g, Kh 17 g, E 2 g

Titelbild: Apfel-Ingwer-Shot, Federkohl-Shot, Weekend-Drink
 Couverture: Shot pomme-gingembre, Shot au chou plume, Cocktail du week-end

Shot pomme-gingembre

5 min.
~~sans gluten~~ ~~sans lactose~~
 Pour env. 2½ dl

- 25 g **de gingembre**, en morceaux
- 350 g **de pommes**, épépinées, en morceaux
- ¼ **de citron**, épluché, en morceaux
- 1 c. c. **de miel**

Extraire le jus de gingembre, de pomme et de citron, bien incorporer le miel, verser dans des verres à shot.

1 dl: 78 kcal, lip 0 g, glu 17 g, pro 1 g

Shot carotte-curcuma

5 min.
~~sans gluten~~ ~~sans lactose~~
 Pour env. 2½ dl

- 200 g **de carottes**, en morceaux
- ¼ **de citron**, épluché, en morceaux
- 400 g **d'oranges**, épluchées, en morceaux
- 1 c. s. **de curcuma en poudre**

Extraire le jus de carotte, de citron et d'orange, incorporer le curcuma, verser dans des verres à shot.

1 dl: 80 kcal, lip 0 g, glu 15 g, pro 2 g

Apfel-Ingwer-Shot

5 Min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Ergibt ca. 2½ dl

- 25 g **Ingwer**, in Stücken
- 350 g **Äpfel**, entkernt, in Stücken
- ¼ **Zitrone**, geschält, in Stücken
- 1 TL **Honig**

Ingwer, Äpfel und Zitrone entsaften, Honig gut darunterrühren, in Shot-Gläser giessen.

1 dl: 78 kcal, F 0 g, Kh 17 g, E 1 g

Rüebli-Kurkuma-Shot

5 Min.
~~glutenfrei~~ ~~laktosefrei~~
 Ergibt ca. 2½ dl

- 200 g **Rüebli**, in Stücken
- ¼ **Zitrone**, geschält, in Stücken
- 400 g **Orangen**, geschält, in Stücken
- 1 EL **Kurkumapulver**

Rüebli, Zitrone und Orangen entsaften, Kurkuma gut darunterrühren, in Shot-Gläser giessen.

Tipp: Statt Kurkumapulver 20 g frische Kurkuma verwenden, diese ist jedoch stark färbend!

1 dl: 80 kcal, F 0 g, Kh 15 g, E 2 g



Süsse Birne

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

8 Pfefferminzblätter
1 Vanillestängel,
längs aufgeschnitten
800g Birnen (z. B. Williams),
geschält, entkernt,
in Stücken

Pfefferminze mit Vanillestängel
und Birnen entsaften, gut verrüh-
ren, in Gläser giessen.

1dl: 79 kcal, F 0g, Kh 17g, E 1g

Herbst-Traum

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

400g blaue Trauben, entstielt
1Msp. Zimt
300g Zwetschgen, entsteint

Trauben mit Zimt und Zwetschgen
entsaften, gut verrühren, in Gläser
giessen.

1dl: 78 kcal, F 0g, Kh 17g, E 1g

Douce poire

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

8 feuilles de menthe
1 gousse de vanille,
coupée dans la longueur
800g de poires
(p. ex. williams),
épluchées, épépinées,
en morceaux

Extraire le jus de menthe, de
vanille et de poire, bien mélanger,
verser dans des verres.

1dl: 79 kcal, lip 0g, glu 17g, pro 1g

Rêve d'automne

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

400g de raisin noir, égrappé
1p. de c. de cannelle
300g de pruneaux,
dénoyautés

Extraire le jus de raisin, de can-
nelle et de pruneau, bien mélanger,
verser dans des verres.

1dl: 78 kcal, lip 0g, glu 17g, pro 1g

C-Power

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

400g Mandarinen, geschält,
in Stücken
800g Rüebli, geschält,
in kleinen Stücken
¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Mandarinen und Rüebli entsaften,
würzen, gut verrühren, in Gläser
giessen.

1dl: 78 kcal, F 1g, Kh 15g, E 2g

Abendrot

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

2 Orangen, geschält,
in Stücken
600g gekochte Randen,
geschält, in Stücken
1dl Sanbittèr
(alkoholfreies, leicht
bitteres Apéro-Getränk)

Orangen und Randen entsaften,
Sanbittèr daruntermischen,
in Gläser giessen.

1dl: 81kcal, F 1g, Kh 12g, E 2g

Cocktail énergisant

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

400g de mandarines,
épluchées, en morceaux
800g de carottes, épluchées,
en petits morceaux
¼ de c. c. de sel
un peu de poivre

Extraire le jus de mandarine et
de carotte, saler, poivurer, bien
mélanger, verser dans des verres.

1dl: 78 kcal, lip 1g, glu 15g, pro 2g

Coucher de soleil

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

2 oranges, pelées,
en morceaux
600g de betteraves rouges
cuites, épluchées,
en morceaux
1dl de Sanbittèr
(apéritif sans alcool
légèrement amer)

Extraire le jus d'orange et de
betterave, incorporer le Sanbittèr,
verser dans des verres.

1dl: 81 kcal, lip 1g, glu 12g, pro 2g

AGA-Power

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

250g Aprikosen, entsteint
1 Granatapfel,
nur ausgelöste Kerne
200g Äpfel (z. B. Rubinette),
entkernt, in Stücken

Aprikosen, Granatapfelkerne und
Äpfel entsaften, gut verrühren,
in Gläser giessen.

1dl: 64 kcal, F 0g, Kh 14g, E 1g

Salhimba-Juice

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

8 Salbeiblätter
200g Himbeeren
900g Ananas, geschält,
Strunk entfernt,
in Stücken
(ergibt ca. 500g)

Salbei, Himbeeren und Ananas
entsaften, gut verrühren, in Gläser
giessen.

1dl: 73 kcal, F 0g, Kh 14g, E 1g

Puissance 3

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

250g d'abricots, dénoyautés
1 grenade, graines
200g de pommes
(p. ex. rubinette),
épépinées, en morceaux

Extraire le jus d'abricot, de graine
de grenade et de pomme, bien
mélanger, verser dans des verres.

1dl: 64 kcal, lip 0g, glu 14g, pro 1g

Jus framboisé

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

8 feuilles de sauge
200g de framboises
900g d'ananas, épluché,
cœur ligneux retiré,
en morceaux
(soit env. 500g)

Extraire le jus de sauge, de fram-
boise et d'ananas, bien mélanger,
verser dans des verres.

1dl: 73 kcal, lip 0g, glu 14g, pro 1g

Weekend-Drink

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

400g Tomaten, in Stücken
½ Melone (z. B. Cavaillon),
geschält, in Stücken
(ergibt ca. 300g)
½ TL Salz
wenig Pfeffer

Tomaten und Melone entsaften,
würzen, gut verrühren, in Gläser
giessen.

1dl: 40 kcal, F 0g, Kh 7g, E 1g

Red Dream

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank
🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei
Ergibt ca. 5 dl

½ cm Ingwer
400g rote Peperoni, entkernt,
in Stücken
500g Tomaten, in Stücken
½ TL Salz
wenig Pfeffer

Ingwer, Peperoni und Tomaten
entsaften, würzen, gut verrühren,
in Gläser giessen.

1dl: 44 kcal, F 1g, Kh 7g, E 1g

Cocktail du week-end

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

400g de tomates,
en morceaux
½ melon (p. ex. cavaillon),
épluché, en morceaux
(soit env. 300g)
¼ de c. c. de sel
un peu de poivre

Extraire le jus de tomate et de
melon, saler, poivurer, bien mélan-
ger, verser dans des verres.

1dl: 40 kcal, lip 0g, glu 7g, pro 1g

Red Dream

🕒 5 min 🌱 végane 🍷 minceur
🚫 sans gluten 🚫 sans lactose
Pour env. 5 dl

½ cm de gingembre
400g de poivrons rouges,
épépinés, en morceaux
500g de tomates,
en morceaux
¼ de c. c. de sel
un peu de poivre

Extraire le jus de gingembre, de
poivron et de tomate, saler,
poivurer, bien mélanger, verser
dans des verres.

1dl: 44 kcal, lip 1g, glu 7g, pro 1g