

Kakao-¹ Bananen-Drink

🕒 5 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

1 Banane
1½ EL Kakaopulver
3½ dl Mandeldrink

Banane in Stücke schneiden, zusammen mit Kakaopulver und Mandeldrink in den Mix-Becher geben, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 261 kcal, F 8 g, Kh 37 g, E 6 g

Kaffee-Shake

🕒 5 Min.
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

2 dl Kaffee
1 Banane
1 Vanillestängel
120 g Joghurt nature

Kaffee in den Mix-Becher geben, auskühlen. Banane in Stücke schneiden, Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen, Samen mit der Banane und dem Joghurt in den Mix-Becher geben, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 207 kcal, F 5 g, Kh 34 g, E 6 g

Drink¹ cacao-banane

🕒 5 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (enu. 4½ dl)

1 banane
1½ c. s. de cacao en poudre
3½ dl de drink à l'amande

Couper la banane en morceaux, mettre dans le gobelet avec le cacao et le drink à l'amande, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 261 kcal, lip 8 g, glu 37 g, pro 6 g

Shake au café

🕒 5 min
Pour 1 gobelet (enu. 4½ dl)

2 dl de café
1 banane
1 gousse de vanille
120 g de yogourt nature

Verser le café dans le gobelet, laisser refroidir. Couper la banane en morceaux, fendre la gousse de vanille dans la longueur, gratter les graines, mettre les graines et la banane dans le gobelet avec le yogourt, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 207 kcal, lip 5 g, glu 34 g, pro 6 g

Avocado-² Ingwer-Smoothie

🕒 5 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

1 kleine Avocado
(ca. 200 g)
2 Aprikosen
1½ cm Ingwer
2½ dl Cranberrysaft

Avocado halbieren, Fruchtfleisch in den Mix-Becher geben. Aprikosen in Stücke schneiden. Ingwer schälen, fein reiben, mit den Aprikosen beigegeben. Cranberrysaft dazugießen, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 394 kcal, F 29 g, Kh 26 g, E 4 g

Ananas-Drink

🕒 10 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

1 Ananas (ca. 500 g)
¼ TL Kurkuma
3 dl Kokoswasser

Ananas schälen, halbieren, Strunk entfernen, in Stücke schneiden, in den Mix-Becher geben. Kurkuma beigegeben, Kokoswasser dazugießen, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 317 kcal, F 1 g, Kh 71 g, E 2 g

Smoothie avocatingembre²

🕒 5 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (enu. 4½ dl)

1 avocat baby
(d'enu. 200 g)
2 abricots
1½ cm de gingembre
2½ dl de jus de canneberge

Couper l'avocat en deux, mettre la chair dans le gobelet. Couper les abricots en morceaux. Peler le gingembre, râper finement et ajouter avec les abricots. Verser le jus de canneberge, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 394 kcal, lip 29 g, glu 26 g, pro 4 g

Drink à l'ananas

🕒 10 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (enu. 4½ dl)

1 ananas (d'enu. 500 g)
¼ de c. c. de curcuma
3 dl d'eau de coco

Peler l'ananas, le couper en deux, retirer le cœur, couper la chair en morceaux, mettre dans le gobelet. Ajouter le curcuma, verser l'eau de coco, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 317 kcal, lip 1 g, glu 71 g, pro 2 g

Randen-Drink

🕒 10 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

3 Orangen

1 gekochte Rande
(ca. 180 g)
½ TL Birnbrotpewürz

1. Orangen halbieren, auspressen (ergibt ca. 3 dl Saft). Saft in den Mix-Becher giessen.

2. Rande in Stücke schneiden, zusammen mit dem Gewürz in den Mix-Becher geben, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 234 kcal, F 2 g, Kh 48 g, E 4 g

Spicy Tomatensaft

🕒 5 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

½ Bund Basilikum
2 EL Pinienkerne
wenig roter Tabasco
3½ dl Tomatensaft

Basilikum, Pinienkerne, Tabasco und Tomatensaft in den Mix-Becher geben, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 156 kcal, F 7 g, Kh 13 g, E 9 g

Drink à la betterave

🕒 10 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (enu. 4½ dl)

3 oranges
1 betterave rouge cuite
(d'enu. 180 g)
**½ c. c. de condiment
pour pain aux poires**

1. Partager les oranges en deux, presser le jus (soit env. 3 dl). Verser le jus dans le gobelet.

2. Couper la betterave en morceaux, mettre dans le gobelet avec le condiment, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 234 kcal, lip 2 g, glu 48 g, pro 4 g

Jus de tomate épicé

🕒 5 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (enu. 4½ dl)

½ bouquet de basilic
2 c. s. de pignons
un peu de Tabasco rouge
3½ dl de jus de tomate

Mettre dans le gobelet basilic, pignons, Tabasco et jus de tomate, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 156 kcal, lip 7 g, glu 13 g, pro 9 g

Anwendung

Gerät in Betrieb nehmen:
siehe Gebrauchsanleitung.

Mixen

1. Füllen Sie den Mix-Becher mit den Zutaten. **Wichtig:** Überfüllen Sie den Becher nicht! Beachten Sie dazu die 470 ml- / 230 ml-Markierung auf den Mix-Bechern.

2. Setzen Sie den Klingens-Aufsatz auf den Mix-Becher und drehen Sie diesen im Uhrzeigersinn fest, sodass der Becher fest verschlossen ist und keine Flüssigkeit austreten kann.

3. Drehen Sie den verschlossenen Becher um und setzen Sie den Klingens-Aufsatz mit Becher so auf die Mixer-Station, dass die 3 Nasen des Bechers in die 3 Einkerbungen der Mixer-Station gleiten. Verriegeln Sie den Becher durch leichtes Herunterdrücken und Drehen im Uhrzeigersinn.

4. Für ein optimales Mixresultat: ca. 15 Sek. auf Stufe 1, anschliessend ca. 15 Sek. auf Stufe 2 mixen. Bei Bedarf kann noch Stufe P betätigt werden.

Mix-Fit (Art.-Nr. 25999). Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

Mode d'emploi

Mise en marche:
voir le mode d'emploi livré avec l'appareil.

Mixage

1. Remplissez le gobelet avec les ingrédients. **Important:** ne remplissez pas trop le gobelet! Respectez le marquage 470 ml / 230 ml sur les gobelets.

2. Placez l'ensemble porte-lames sur le gobelet et tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre de manière que le gobelet soit fermé hermétiquement et qu'aucun liquide ne puisse fuir.

3. Retournez le gobelet fermé et posez-le, porte-lame en bas, sur le socle de l'appareil de manière que les 3 ergots du gobelet s'encastrant dans les encoches du socle. Appuyez légèrement sur le gobelet et tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre pour le verrouiller.

4. Pour obtenir un résultat optimal, actionnez env. 15 s sur position 1, puis env. 15 s sur position 2. Actionner la position P si nécessaire.

Mix-Fit (n° d'art. 25999). 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.

Betty Bossi

Mix it!

Drinks to go



Kiwi-Booster 1

🕒 5 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

1 Kiwi
50 g Jungspinat
1½ EL Ahornsirup
3 dl Kokoswasser

Kiwi schälen, in Stücke schneiden, zusammen mit dem Jungspinat in den Mix-Becher geben. Ahornsirup und Kokoswasser dazugießen, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 126 kcal, F 1 g, Kh 38 g, E 2 g

Gurken-Drink

🕒 5 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

4 Snack-Gurken
1 Birne
1½ EL Zitronensaft
1 dl Wasser

Gurken und Birne in Stücke schneiden, in den Mix-Becher geben. Zitronensaft und Wasser dazugießen, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 88 kcal, F 1 g, Kh 18 g, E 1 g

Kiwi Booster 1

🕒 5 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (env. 4½ dl)

1 kiwi
50 g de pousses d'épinards
1½ c. s. de sirop d'érable
3 dl d'eau de coco

Peler le kiwi, couper en morceaux, mettre dans le gobelet avec les pousses d'épinards. Verser le sirop d'érable et l'eau de coco, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 126 kcal, lip 1 g, glu 38 g, pro 2 g

Drink au concombre

🕒 5 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (env. 4½ dl)

4 concombres snack
1 poire
1½ c. s. de jus de citron
1 dl d'eau

Couper les concombres et la poire en morceaux, mettre dans le gobelet. Verser le jus de citron et l'eau, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 88 kcal, lip 1 g, glu 18 g, pro 1 g



Orangen-Papaya-Smoothie 2

🕒 10 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

3 Orangen
200 g Papaya
einige Basilikumblätter

1. Orangen halbieren, auspressen (ergibt ca. 3 dl Saft). Saft in den Mix-Becher giessen.

2. Papaya schälen, in Stücke schneiden, zusammen mit dem Basilikum in den Mixbecher geben, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 194 kcal, F 3 g, Kh 38 g, E 3 g

Mango-Smoothie

🕒 10 Min.
🌱 **vegan** 🚫 **laktosefrei**
Ergibt 1 Becher (ca. 4½ dl)

½ Mango
1 Blutorange
2 Passionsfrüchte
(ca. 60 g)

Mango und Blutorange schälen, in Stücke schneiden. Passionsfrüchte halbieren, Kerne herauslösen, mit Mango und Blutorange in den Mix-Becher geben, mixen (siehe Anwendung).

Becher: 193 kcal, F 1 g, Kh 37 g, E 3 g

Smoothie orange-papaye 2

🕒 10 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (env. 4½ dl)

3 oranges
200 g de papaye
feuilles de basilic

1. Partager les oranges en deux, presser le jus (soit env. 3 dl). Verser le jus dans le gobelet.

2. Peler la papaye, couper en morceaux, mettre dans le gobelet avec le basilic, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 194 kcal, lip 3 g, glu 38 g, pro 3 g

Smoothie à la mangue

🕒 10 min
🌱 **végane** 🚫 **sans lactose**
Pour 1 gobelet (env. 4½ dl)

½ mangue
1 orange sanguine
2 fruits de la passion
(env. 60 g)

Peler la mangue et l'orange sanguine, les couper en morceaux. Partager les fruits de la passion en deux, prélever la pulpe, mettre dans le gobelet avec la mangue et l'orange sanguine, mixer (voir mode d'emploi).

Gobelet: 193 kcal, lip 1 g, glu 37 g, pro 3 g

Nuss-Bowl 3

🕒 15 Min. 🌱 **vegetarisch**

40 g Haselnüsse
250 g Joghurt nature
20 g getrocknete Cranberrys
50 g Cornflakes nature
40 g Himbeeren

1. Haselnüsse in den kleinen Mix-Becher geben, mixen.

2. Joghurt in eine Schüssel geben. Joghurt mit Haselnüssen, Cranberrys, Cornflakes und Himbeeren verzieren.

Portion (¼): 172 kcal, F 8 g, Kh 18 g, E 5 g

Bowl aux noisettes 3

🕒 15 min 🌱 **végétarien**

40 g de noisettes
250 g de yogourt nature
20 g de canneberges séchées
50 g de corn-flakes nature
40 g de framboises

1. Mettre les noisettes dans le petit gobelet, mixer.

2. Verser le yogourt dans un bol. Décorer de noisettes, canneberges, corn-flakes et framboises.

Portion (¼): 172 kcal, lip 8 g, glu 18 g, pro 5 g



Smoothie Bowl

🕒 20 Min. 🌱 **vegetarisch**

50 g gefüllte Schokoladeguetzli
(z. B. Oreo)
100 g Himbeeren
100 g Banane
50 g Erdbeeren
150 g Griechisches Joghurt
1 EL Honig
½ TL gemahlene Vanillestängel

1. Guetzli in den kleinen Mix-Becher geben, mixen.

2. Himbeeren, Banane, Erdbeeren, Joghurt, Honig und Vanille in den Mix-Becher geben, mixen.

3. Smoothie in eine Schüssel geben. Erdbeeren in Scheiben schneiden, mit den Guetzli verzieren.

Tipp: Statt frische gefrorene Früchte verwenden.

Portion (¼): 164 kcal, F 7 g, Kh 22 g, E 3 g

Smoothie Bowl

🕒 20 min 🌱 **végétarien**

50 g de biscuits fourrés au chocolat
(p. ex. Oreo)
100 g de framboises
100 g de banane
50 g de fraises
150 g de yogourt à la grecque
1 c. s. de miel
½ c. c. de vanille en poudre
50 g de fraises

1. Mettre les biscuits dans le petit gobelet, mixer.

2. Mettre framboises, banane, fraises, yogourt, miel et vanille dans le gobelet, mixer.

3. Verser le smoothie dans un bol. Couper les fraises en tranches, répartir sur le smoothie avec les biscuits.

Suggestion: remplacer les fruits frais par des fruits surgelés.

Portion (¼): 164 kcal, lip 7 g, glu 22 g, pro 3 g