

Betty Bossi

Super Säfte!



Der einfachste Weg zum Genuss

Slow Juicer Premium

Liebe Leserin, lieber Leser

Es freut uns, dass Sie sich für den Slow Juicer Premium entschieden haben. Das Betty Bossi Entwicklungsteam legt sich Tag für Tag ins Zeug, um nützliche und innovative Küchenhelfer mit der bekannten Betty Bossi Geling-Garantie zu entwickeln. Ihre Zufriedenheit ist dabei unser wichtigstes Ziel. Wir sind überzeugt: Der Slow Juicer Premium wird Sie begeistern. Und damit Sie gleich loslegen können, haben wir spannende Rezeptideen kreiert.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Zubereiten und Geniessen.

Herzlich, Ihre



Orange Mix	4
Red Power	6
Hello Yellow	8
Fresh Pineapple	10
Mango-Himbeer-Smoothie	12
Fresh Sweet Basil	14
Birnen-Beeren-Sorbet	16



Slow Juicer Premium (Art.-Nr. 25936). Nicht spülmaschinengeeignet. Vor dem ersten Gebrauch mit warmem Wasser und Spülmittel reinigen. Keine Scheuermittel, starken Reinigungsmittel oder Stahlwatte verwenden.

Anwendung

Gerät in Betrieb nehmen

1. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene Fläche.
2. Setzen Sie das gewünschte Sieb ein, und fügen Sie die Teile zusammen.
3. Schliessen Sie das Gerät an den Strom an.
4. Bereiten Sie die Zutaten gemäss Rezept vor.

Wissenswertes zum Slow Juicer Premium

- Verwenden Sie das schwarze Saftsieb zur Herstellung von Säften und das orange Smoothie-Sieb zur Herstellung von Smoothies.
- Verwenden Sie das Sorbet-Sieb zur Herstellung von Sorbets. Dieses Sieb wird ohne externes Sieb verwendet.
- Zum Entfernen von Schmutz und Erde säubern Sie Wurzel- und Knollengemüse zuvor gründlich.
- Bei Blattgemüse wie Spinat, Federkohl usw. die Stängel in 3–4 cm lange Stücke 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.
- Weiche Früchte und Gemüse wie Bananen oder Erdbeeren sollten separat nur mit dem Siebeinsatz für Smoothies entsaftet werden. Bei Verwendung des Saft-Siebes empfiehlt es sich, diese mit anderen Früchten und Gemüse zu mischen und dann zu entsaften.
- Gefrorene Lebensmittel immer mit dem Sorbet-Sieb entsaften.
- Folgende Zutaten sollten nicht in den Slow Juicer Premium gegeben werden: zum Entsaften ungeeignete Lebensmittel (z. B. Sesamsamen), gekochte Zutaten (z. B. Kartoffeln), in Alkohol eingelegte Früchte (z. B. Trauben), keinen Saft produzierende Lebensmittel, Getreideerzeugnisse
- Reihenfolge der Zutaten einhalten und Zutaten portionenweise dazugeben.
- Bei einer Blockade des Geräts für einige Sekunden die Rückwärtsfunktion (REV-Position) betätigen.

Für ausführliche Informationen zum Gebrauch des Slow Juicer Premium beachten Sie bitte die beigelegte Gebrauchsanweisung.

Alle Rezepte in dieser Broschüre sind, wo nicht anders vermerkt, für 2 Personen berechnet.

Orange Mix

🕒 10 Min. 🌿 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 4 dl

2 Orangen	Orangen schälen, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Passionsfrüchte halbieren, Kerne herauslösen. Mango schälen, Fruchtfleisch beidseits entlang des flachen Steins abschneiden, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden, alles in den Slow Juicer geben, entsaften (S. 3). Saft aufrühren, in Gläser giessen.
2 Passionsfrüchte	
1 Mango (ca. 450 g)	

Portion (½): 104 kcal, F 1g, Kh 24 g, E 1g

oranges
Smoothie-
Sieb

Kiwis

Statt Passionsfrüchte
und Mango 3 Kiwis und
1 Banane verwenden.

schwarzes
Saftsieb

Nektarinen

Statt Passionsfrüchte
und Mango 3 Nektarinen
und 1 Apfel dazugeben.



Red Power

schwarzes
Saftsieb

🕒 10 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 4 dl

150 g Rüebl	Rüebl, Randen und Ingwer in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden.
200 g Randen	Orange schälen, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Zuerst Orange und Baumnusskerne, dann Rüebl, Randen und Ingwer in den Slow Juicer geben, entsaften (S. 3).
20 g Ingwer	
1 Orange	
20 g Baumnusskerne	
1 EL Zitronensaft	Zitronensaft darunterrühren, Saft aufrühren, in Gläser giessen.

Portion (1/2): 157 kcal, F 8 g, Kh 19 g, E 3 g

schwarzes
Saftsieb

Erdbeeren

Statt Randen und Baumnusskerne 250 g Erdbeeren und Pekannüsse verwenden.



schwarzes
Saftsieb

Himbeeren

Statt Rüepli 125 g Himbeeren
und insgesamt 2 Orangen
verwenden.

Hello Yellow

schwarzes
Saftsieb

🕒 10 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 4 dl

20 g Cashew-Nüsse Nüsse in einer Pfanne rösten, herausnehmen, auskühlen lassen.

350 g gelbe Peperoni
350 g Fenchel
20 g Kurkumawurzel Peperoni entkernen. Peperoni und Fenchel in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden, mit Kurkuma und gerösteten Cashew-Nüssen mischen, in den Slow Juicer geben, entsaften (S. 3).

½ TL Salz
wenig Pfeffer Saft würzen, aufrühren, in Gläser giessen.

Portion (½): 107 kcal, F 5 g, Kh 13 g, E 4 g



Rüebli

Statt Cashew-Nüsse Mandeln
und statt Fenchel 600 g Rüebli
verwenden.

schwarzes
Saftsieb

schwarzes
Saftsieb

Thymian

Statt Kurkuma
1 EL Thymianblättchen
verwenden.



Fresh Pineapple

schwarzes
Saftsieb

🕒 15 Min. 🌿 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 4 dl

400 g Ananas	Ananas und Kiwis schälen, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Pfefferminze grob schneiden. Zuerst Ananas und Pfefferminze, dann Kiwis in den Slow Juicer geben, entsaften (S. 3).
2 Kiwis	
½ Bund Pfefferminze	
20 g getrocknete Kokosschnitze	Saft aufrühren, in Gläser giessen, Kokosschnitze dazu servieren.

Portion (½): 149 kcal, F 7g, Kh 17g, E 2g



schwarzes
Saftsieb

↪ Curacao

Statt Pfefferminze 1 Limette, geschält, in ca. 2 cm grossen Stücken, verwenden. Am Schluss ca. 2 EL Orangenlikör (z. B. Blue Curaçao) in die Gläser geben.

schwarzes
Saftsieb

Mango

Statt Kiwis und Pfefferminze
250 g Mango und
Zitronenmelisse verwenden.



Mango-Himbeer-Smoothie

oranges
Smoothie-
Sieb

🕒 10 Min. 🌿 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 4 dl

1 Mango (ca. 450 g)	Mango schälen, Fruchtfleisch beidseits entlang dem flachen Stein abschneiden, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Limette schälen, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Pfefferminzblätter abzupfen. Alles mit den Himbeeren mischen, in den Slow Juicer geben, Smoothie zubereiten (S. 3). Smoothie aufrühren, in Gläser giessen.
1 Limette	
½ Bund Pfefferminze	
250 g Himbeeren	

Portion (½): 102 kcal, F 1g, Kh 24g, E 1g

oranges
Smoothie-
Sieb

Banane

Die Hälfte der Himbeeren durch 1 Banane, geschält, in Stücken, ersetzen.

oranges
Smoothie-
Sieb

Aprikosen

Statt Mango 500 g Aprikosen, in Stücken, verwenden. Nur 125 g Himbeeren verwenden.



Fresh Sweet Basil

🕒 10 Min. 🌿 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei 🚫 laktosefrei

Ergibt ca. 4 dl

<p>1 Avocado 2 Äpfel 150 g Gurke ½ Bund Basilikum</p>	<p>Avocado halbieren, entkernen, schälen, in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Äpfel und Gurke in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Basilikum samt Stielen grob schneiden, alles mischen, in den Slow Juicer geben, Smoothie zubereiten (S. 3).</p>
---	---

<p>2 EL Zitronensaft</p>	<p>Zitronensaft darunterrühren, Smoothie aufrühren, in Gläser giessen.</p>
---------------------------------	--

Portion (½): 162 kcal, F 6 g, Kh 24 g, E 1 g

schwarzes
Saftsieb

Birnen →

Statt Avocado 2 kleine Birnen, entkernt, verwenden.

oranges
Smoothie-
Sieb

Erdbeeren

Statt Avocado und Gurke
200 g Erdbeeren
und 2 kleine Nektarinen,
verwenden.



Birnen-Beeren-Sorbet

Sorbet-Sieb

🕒 10 Min. + 4 Std. gefrieren

🌿 **vegan** 🍷 **schlank** 🚫 **glutenfrei** 🚫 **laktosefrei**

Ergibt ca. 5 dl

500 g Birnen
(Conférence)

1 EL Zitronensaft

Birnen nach Belieben schälen, halbieren, entkernen, in ca. 1 cm grosse Stücke schneiden. Birnen mit Zitronensaft mischen, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen, zugedeckt ca. 4 Std. gefrieren.

**50 g tiefgekühlte
Johannis-
beeren**

50 g Puderzucker

**¼ TL gemahlene
Vanillestängel**

Gefrorene Birnenstücke mit den Johannisbeeren, Puderzucker und Vanille mischen, in kleinen Portionen in den Slow Juicer geben, jeweils warten, bis die Menge verarbeitet ist. Sorbet zubereiten (S. 3). Sorbet durchmischen.

Varianten: Statt Johannisbeeren Himbeeren verwenden.
½ EL Birnenschnaps unter das fertige Sorbet mischen.

Portion (¼): 147 kcal, F 1 g, Kh 49 g, E 1 g

