

A E N O

Рецепти для блендера з функцією приготування AENO TB3



aeno.com





Рецепти для програми «SOY MILK»

- [Соєве молоко](#)
- [Горіхове молоко з фундука](#)
- [Горіхове молоко з мигдалю](#)
- [Горіхове молоко з волоських горіхів](#)
- [Молочно-горіховий напій із какао](#)



Рецепти для програми «RISE PASTE»

- [Молочна гречана крем каша з какао](#)
- [Молочна вівсяна крем каша з бананом](#)
- [Молочна рисова крем каша з яблуком і родзинками](#)
- [Манна крем каша з яблуком і корицею](#)
- [Гарбузова крем каша з молоком і рисом](#)
- [Каша з консервованої кукурудзи](#)



Рецепти для програми «PORRIDGE»

- [Каша вівсяна питна](#)
- [Каша рисова питна](#)
- [Каша вівсяна питна з бананом і фініками](#)
- [Каша вівсяна питна з полуницею](#)
- [Каша вівсяна питна з яблуками та корицею](#)



Рецепти для програми «THICK SOUP»

- [Пряний крем-суп із кабачків](#)
- [Крем-суп із сочевиці](#)
- [Сирний суп-пюре](#)
- [Крем-суп із печериць](#)
- [Крем-суп цибулевий](#)



Рецепти для програми «FRUITS VEGETABLES»

- [Овочевий коктейль із селерою, яблуком і ківі](#)
- [Морквяно-гарбузовий коктейль із яблуком](#)
- [Зелений фітнес коктейль](#)
- [Гарбузово-цитрусовий смузі з імбиром](#)
- [Томатний фреш із базиліком](#)



Рецепти для програми «SMOOTHIE»

- [Полунично-банановий смузі](#)
- [Смузі із заморожених ягід](#)
- [Смузі з яблук і зелені](#)
- [Ягідний смузі з морозивом](#)
- [Сирно-банановий смузі з вівсяними пластівцями](#)
- [Молочно-шоколадний коктейль із бананом](#)
- [Персиково-абрикосовий молочний коктейль](#)
- [Молочний коктейль із суницею](#)
- [Полуничний шейк](#)
- [Класичний молочний коктейль](#)



Рецепти для програми «GRIND»

- [Подрібнений лід із соком](#)
- [Полуниця з цукром](#)
- [Подрібнення горіхів](#)
- [Приготування фаршу](#)
- [Соус із томатів для спагеті](#)



Рецепти для програми «STEAM»

- [Суп картопляно-сирний із печерицями](#)
- [Суп рибний](#)
- [Каша булгур із сухофруктами](#)
- [Каша гречана з грибами](#)
- [Каша рисова з яблуками](#)



Соєве молоко

●●●●● Складність Легка	Підготовка 4 хв	Приготування 25 хв	Порцій 3
---	---	--	--



Інгредієнти:

Соя	150 г
Вода	750 мл

Порядок приготування:

Сою промити, залити водою і залишити замочуватися на 6 годин.

Злити воду, в якій замочувалася соя.

У чашу блендера покласти сою і залити водою.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «NUT/SOY MILK» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Після закінчення приготування отриману суміш вилити з блендера і гарненько процідити через фільтр або дрібне сито.

Отримана рідина це і є соєве молоко.

Молоко охолодити й зберігати в холодильнику не більше 48 годин.



Горіхове молоко з фундука

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 8 хв	Приготування 25 хв	Порцій 3-4
--	--	---	---------------------------------------



Інгредієнти:

Фундук	150 г
Вода	750 г

Порядок приготування:

- Горіхи замочити у воді на 4 години.
- Злити воду, в якій замочувалися горіхи.
- У чашу блендера покласти горіхи, додати чисту воду і закрити кришку блендера.
- Натиснути на кнопку «ON/OFF».
- Кнопкою «Function» вибрати програму «SOY MILK» і натиснути кнопку «ON/OFF».
- Готувати до закінчення програми.
- Після закінчення приготування отриману суміш вилити з блендера і гарненько процідити через фільтр або дрібне сито.
- Отримана рідина і є горіховим молоком.
- Залишки макухи від горіхів не викидайте, їх можна підсушити й використати під час приготування кондитерських виробів і випічки.
- Молоко охолодити та зберігати у холодильнику не більше 48 годин.



Горіхове молоко з мигдалю

●●●●● Складність Легка	Підготовка 4 хв	Приготування 25 хв	Порцій 4
--	--	---	-------------------------------------

Порядок приготування:

- Горіхи замочити у воді на 4 години.
- Злити воду, в якій замочувалися горіхи.
- У чашу блендера покласти горіхи, фініки, додати чисту воду і закрити кришку блендера.
- Натиснути на кнопку «ON/OFF».
- Кнопкою «Function» вибрати програму «SOY MILK» і натиснути кнопку «ON/OFF».
- Після закінчення приготування отриману суміш вилити з блендера і гарненько процідити через фільтр або дрібне сито.
- Отримана рідина і є горіховим молоком.

Інгредієнти:

Мигдальний горіх	120 г
Вода	900 мл
Фініки без кісточок	40 г

Залишки макухи від горіхів не викидайте, їх можна підсушити й використовувати під час приготування кондитерських виробів і випічки.





Горіхове молоко з волоських горіхів

Інгредієнти:

Горіхи волоські	50 г
Вода	850 мл



Складність
Легка



Підготовка
2 хв



Приготування
15 хв



Порцій
3

Порядок приготування:

Горіхи замочити у воді на 8 годин.

Злити воду, в якій замочувалися горіхи.

У чашу блендера покласти горіхи, додати чисту воду і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SOY MILK» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми. Після закінчення приготування отриману суміш вилити з блендера і гарненько процідити через фільтр або дрібне сито.

Отримана рідина і є горіховим молоком.

Залишки макухи від горіхів не викидайте, їх можна підсушити й використовувати при приготуванні кондитерських виробів і випічки.

Молоко охолодити та зберігати в холодильнику не більше 48 годин.





Молочно-горіховий напій із какао

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 2 хв	Приготування 15 хв	Порцій 3
--	--	---	-------------------------------------



Інгредієнти:

Горіхи фундука	50 г
Какао	30 г
Цукор	40 г
Молоко	600 мл
Шоколад для прикраси	

Порядок приготування:

- Горіхи замочити у воді на 4 години.
- Злити воду, в якій замочувалися горіхи.
- У чашу блендера покласти горіхи, какао, цукор, додати молоко і закрити кришку блендера.
- Натиснути на кнопку «ON/OFF».
- Кнопкою «Function» вибрати програму «SOY MILK» і натиснути кнопку «ON/OFF».
- Після закінчення приготування отриману суміш вилити з блендера і гарненько процідити через фільтр або дрібне сито.
- Подавати гарячим, за бажання зверху притрусити шоколадом.



Молочна гречана крем каша з какао

 Складність Легка	 Підготовка 2 хв	 Приготування 15 хв	 Порцій 3
--	---	--	--

Порядок приготування:

Гречану крупу добре промити й покласти в чашу блендера, додати воду, молоко, сіль, цукор або мед, какао-порошок, горіхи та закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «RISE PASTE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Готову кашу налити в тарілку і прикрасити шматочками нарізаного банана.

Інгредієнти:

Крупа гречана	75 г
Вода	210 мл
Молоко	300 мл
Какао-порошок	3 ч. л.
Сіль дрібка	
Цукор або мед за смаком	
Горіхи будь-які	70 г
Банан для прикраси	70 г





Молочна вівсяна крем каша з бананом

Інгредієнти:

Вівсяні пластівці	170 г
Вода	250 мл
Молоко	250 мл
Сіль дрібка	
Цукор або мед за смаком	
Горіхи будь-які	70 г
Банан	150 г
Чорниця для прикраси	

Порядок приготування:

Вівсяні пластівці покласти в чашу блендера, додати воду, молоко, сіль, цукор або мед, банан, горіхи та закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «RISE PASTE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Готову кашу налити в тарілку або супницю і прикрасити свіжими ягодами, наприклад: чорницею, малиною, суницею.

 Складність Легка	 Підготовка 3 хв	 Приготування 15 хв	 Порцій 3-4
---	---	--	--





Молочна рисова крем каша з яблуком і родзинками

 Складність Легка	 Підготовка 4 хв	 Приготування 15 хв	 Порцій 4
--	---	--	--



Інгредієнти:

Рис Басматі	170 г
Вода	400 мл
Молоко	250 мл
Сіль дрібка	
Цукор або мед за смаком	
Яблука	120 г
Масло вершкове	15 г
Родзинки для прикраси	

Порядок приготування:

Рис промити й покласти в чашу блендера, додати воду, молоко, сіль, цукор або мед, очищене яблуко і закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «RISE PASTE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Готову кашу налити в тарілку, покласти шматочок вершкового масла і прикрасити родзинками.



Манна крем каша з яблуком і корицею

●●●●● Складність Середня	Підготовка 4 хв	Приготування 15 хв	Порцій 4
--	--	---	-------------------------------------



Інгредієнти:

Манка	60-80 г
Молоко	400 мл
Вода	200 мл
Сіль щіпка	
Цукор або мед за смаком	
Яблука	120 г
Масло вершкове	20 г
Кориця за смаком	
Мигдальні пелюстки для прикраси	

Порядок приготування:

Манку покласти в чашу блендера, додати воду, молоко, сіль, цукор або мед,очищене яблуко, корицю і закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «RISE PASTE» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Готову кашу налити в тарілку, покласти шматочок вершкового масла і прикрасити мигдальними пелюстками.



Гарбузова крем каша з молоком і рисом

 Складність Легка	 Підготовка 4 хв	 Приготування 15 хв	 Порцій 4
--	---	--	--

Порядок приготування:

Гарбуз почистити та нарізати шматочками.

Рис промити й покласти в чашу блендера, додати гарбуз, воду, молоко, сіль, цукор і закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «RISE PASTE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Готову кашу налити в тарілку і посипати горіхами.

Інгредієнти:

Гарбуз	350 г
Рис	70 г
Молоко	200 мл
Вода	200 мл
Сіль за смаком	
Цукор за смаком	
Горіхи для прикраси	





Каша з консервованої кукурудзи

Інгредієнти:

Кукурудза консервована	400 г
Екстракт ванілі	1 ч. л.
Цукор	15 г
Вода	200 мл
Молоко	300 мл
Сіль за смаком	



Складність
Легка



Підготовка
2 хв



Приготування
15 хв



Порцій
4-5

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти кукурудзу, додати молоко, воду, сіль, цукор, екстракт ванілі та закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «RISE PASTE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.





Каша вівсяна

питна

Інгредієнти:

Пластівці вівсяні	70 г
Вишня заморожена	35 г
Сік апельсиновий	50 г
Молоко	450 г
Йогурт	120 г
Мед	30 г

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти пластівці, вишню, додати молоко, сік, мед, йогурт і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «PORRIDGE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

 Складність Легка	 Підготовка 3 хв	 Приготування 17 хв	 Порцій 3
---	---	--	--





Каша рисова

питна

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 3 хв	Приготування 17 хв	Порцій 3
---	---	--	--



Інгредієнти:

Молоко для дітей	400 мл
Рис	35 г
Вода	100 мл
Екстракт ванілі	0,5 ч. л.
Цукор за смаком	
Сіль за смаком	

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти рис, додати молоко, воду, сіль, цукор, екстракт ванілі та закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «PORRIDGE» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Каша вівсяна питна з бананом і фініками

 Складність Легка	 Підготовка 4 хв	 Приготування 17 хв	 Порцій 3-4
--	---	--	--



Інгредієнти:

Пластівці вівсяні	70 г
Вода	500 г
Банан	150 г
Йогурт	100 г
Фініки або чорнослив	50 г
Какао-порошок	5 г
Цукор за смаком	

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти вівсяні пластівці, додати воду, цукор, какао-порошок, йогурт, порізаний шматочками банан, фініки або чорнослив і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «PORRIDGE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Каша вівсяна питна з полуницею

 Складність Легка	 Підготовка 3 хв	 Приготування 17 хв	 Порцій 3
--	---	--	--

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти вівсяні пластівці, полуницю, додати молоко, воду, цукор, йогурт, насіння льону і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «PORRIDGE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Інгредієнти:

Вівсяні пластівці	75 г
Полуниця	150 г
Йогурт	100 г
Вода	300 мл
Молоко	150 мл
Насіння льону	10 г
Цукор за смаком	





Каша вівсяна питна з яблуками та корицею

Інгредієнти:

Вівсяні пластівці	60 г
Яблука	150 г
Йогурт	100 г
Вода	300 мл
Молоко	150 мл
Кориця за смаком	
Цукор за смаком	

●●○○○
Складність
Легка

⌚
Підготовка
4 хв

🔥
Приготування
17 хв

🍲
Порцій
3

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти вівсяні пластівці, почищені яблука, додати молоко, йогурт, воду, цукор, корицю і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «PORRIDGE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.





Пряний крем-суп із кабачків

●●●●● Складність Середня	Підготовка 10 хв	Приготування 20 хв	Порцій 2-3
--	---	---	---------------------------------------



Інгредієнти:

Кабачки	300 г
Картопля	100 г
Вода	350 г
Вершки	150 г
Сіль	1 ч. л.
Каррі (порошок)	0,5 ч. л.
Кріп свіжий	2 гілочки
Сухарики	30 г

Порядок приготування:

Кабачки вимити, обрізати кінчики, очистити від насіння і натерти на великій тертці.

Картоплю нарізати брусочками. Перекласти терті кабачки в блендер, додати картоплю, воду і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «THICK SOUP» і натиснути кнопку «ON/OFF».

За 7 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати вершки, сіль, каррі та встановити кришку назад.

Готувати до закінчення програми.

Під час подачі додати зверху кріп і сухарики.



Крем-суп із сочевиці

 Складність Середня	 Підготовка 10 хв	 Приготування 20 хв	 Порцій 4-5
--	--	--	--

Порядок приготування:

Цибулю та моркву нарізати середнім кубиком.

У блендер викласти сочевицю, цибулю, моркву і залити водою. Закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «THICK SOUP» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

За 7 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати вершки, сіль, перець, встановити кришку назад і готувати до закінчення програми.

Після закінчення програми, налити суп пюре в тарілку, посипати сухариками та прикрасити зеленню.

Інгредієнти:

Сочевиця червона	250 г
Цибуля ріпчаста	140 г
Морква	150 г
Вершки (10-15%)	200 г
Сіль	1 ч. л.
Перець чорний мелений	
Вода	1 л
Хліб тостовий білий (сухарики)	





Сирний суп-пюре

Інгредієнти:

- Сир плавлений вершковий200 г
- Картопля200 г
- Цибуля ріпчаста100 г
- Морква100 г
- Вершки (10-15%)150 г
- Сіль за смаком
- Перець чорний мелений
- Часник 1 зубчик1 зубчик
- Вода800 мл
- Хліб тостовий білий (сухарики)

Порядок приготування:

Картоплю, цибулю і моркву нарізати дрібними кубиками.

У блендер викласти картоплю, цибулю, моркву і залити водою.

Закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «THICK SOUP» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

За 7 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати плавлений сир нарізаний великим кубиком, додати вершки, сіль, перець, встановити кришку назад і готувати до закінчення програми.

Після закінчення програми, налити суп пюре в тарілку, посипати сухариками та прикрасити зеленню.

●●●●● Складність Середня	 Підготовка 10 хв	 Приготування 20 хв	 Порцій 4
---	---	---	---





Крем-суп із печериць

●●●●● Складність Середня	Підготовка 10 хв	Приготування 20 хв	Порцій 4
---	--	--	--



Інгредієнти:

Печериці	400 г
Цибуля ріпчаста	150 г
Вершки 20%	200 мл
Молоко	100 мл
Вода	600 мл
Чебрець дрібка	
Сіль за смаком	
Перець чорний мелений	
Сухарики для прикраси	

Порядок приготування:

Печериці та цибулю нарізати пластами.

У блендер викласти печериці, цибулю, молоко і залити водою.

Закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «THICK SOUP» і натиснути кнопку «ON/OFF».

За 7 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати вершки, сіль, перець чорний мелений, чебрець, встановити кришку назад і готувати до закінчення програми.

Після закінчення програми, налити суп пюре в тарілку, посипати сухариками та прикрасити зеленню.



Крем-суп цибулевий

●●●●● Складність Середня	Підготовка 10 хв	Приготування 20 хв	Порцій 4-5
--	---	---	---------------------------------------



Інгредієнти:

Цибуля ріпчаста	400 г
Картопля	150 г
Вершки 20%	200 мл
Вино біле сухе	50 мл
Мускатний горіх	дрібка
Сіль за смаком	
Вода	800 мл
Перець чорний мелений	
Сухарики для прикраси	
Сир для прикраси	
Зелень для прикраси	

Порядок приготування:

Картоплю та цибулю нарізати брусочками.

У блендер викласти картоплю, цибулю, залити водою.

Закрити верхню кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «THICK SOUP» і натиснути кнопку «ON/OFF».

За 7 хвилин до закінчення програми, відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати вершки, сіль, перець чорний мелений, мускатний горіх, вино, встановити кришку назад і готувати до закінчення програми.

Після закінчення програми, налити суп пюре в тарілку, покласти зверху сухарики, прикрасити зеленню і посипати тертим сиром.



Овочевий коктейль із селерою, яблуком і ківі

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 5 хв	Приготування 2 хв	Порцій 3
---	---	---	--



Інгредієнти:

Ківі	300 г
Селера стеблова	100 г
Яблуко	200 г
Салатне листя	30 г
Петрушка	15 г
Мед за смаком	
Вода мінеральна без газу	250 мл

Порядок приготування:

Ківі та яблуко очистити від шкірки й покласти у чашу блендера, додати селеру, петрушку, листя салату, мед, воду і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «FRUITS VEGETABLES» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Морквяно-гарбузовий коктейль із яблуком

 Складність Легка	 Підготовка 2 хв	 Приготування 5 хв	 Порцій 2-3
--	---	---	--



Інгредієнти:

Морква	150 г
Гарбуз	100 г
Яблуко	150 г
Сік яблучний	400 мл

Порядок приготування:

Моркву, гарбуз і яблуко почистити, порізати й покласти в чашу блендера, потім додати сік і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «FRUITS VEGETABLES» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Зелений фітнес коктейль

 Складність Легка	 Підготовка 5 хв	 Приготування 2 хв	 Порцій 3-4
--	---	---	--

Порядок приготування:

Селеру й огірок порізати шматочками і покласти в чашу блендера, додати шпинат, петрушку, вівсяні пластівці, насіння льону, олію оливкову, сік лимона, сіль, воду і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «FRUITS VEGETABLES» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Інгредієнти:

Селера стеблова	200 г
Шпинат	100 г
Петрушка	50 г
Вівсяні пластівці	100 г
Ляне насіння	50 г
Олія оливкова	50 г
Вода питна	500 мл
Огірок	200 г
Лимонний сік	25 мл
Сіль морська за смаком	





Гарбузово-цитрусовий смузі з імбиром

Інгредієнти:

М'якоть гарбуза	250-300 г
Грейпфрут	350 г
Апельсин	200 г
Мед	40 г
Імбир (корінь)	5 г
Кориця	1/4 ч. л.
Сік фруктовий	100 мл

Порядок приготування:

Гарбуз, апельсин і грейпфрут почистити, порізати й покласти у чашу блендера, потім додати мед, імбир, корицю, сік і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «FRUITS VEGETABLES» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

 Складність Легка	 Підготовка 5 хв	 Приготування 2 хв	 Порцій 4
---	---	---	--





Томатний фреш із базиліком

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 5 хв	Приготування 2 хв	Порцій 2-3
--	--	--	---------------------------------------



Інгредієнти:

Помідори	500 г
Базилік	1 стебло
Сіль	1 ч. л.
Цукор	10 г

Порядок приготування:

Помідори помити й залити окропом на 2 хвилини.

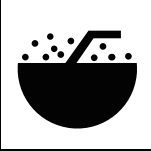
Зняти шкірку з помідорів.

У чашу блендера покласти помідори, базилік, сіль, цукор і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «FRUITS VEGETABLES» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Полунично-банановий смузі

Інгредієнти:

Банан	200 г
Полуниця	200 г
Молоко	150 мл
Вода	350 мл



Складність
Легка



Підготовка
3 хв



Приготування
1 хв



Порцій
2-3

Порядок приготування:

Банан очистити.

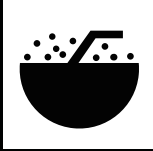
Полуницю, добре вимити.

У чашу блендера покласти банан, полуницю, воду і молоко.

Закрити кришку, натиснути на кнопку  «ON/OFF», кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.





Смузі із заморожених ягід

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 3 хв	Приготування 1 хв	Порцій 2-3
--	--	--	---------------------------------------



Інгредієнти:

Ягоди заморожені (будь-які)	250 г
Йогурт без добавок	250 г
Ванільний екстракт	1 ч. л.
Сік фруктовий або молоко	200 г

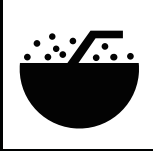
Порядок приготування:

Заморожені ягоди покласти в чашу блендера, додати йогурт, екстракт ванілі, сік або молоко і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «SMOOTHIE» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Смузі з яблук і зелені

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 5 хв	Приготування 1 хв	Порцій 2-3
---	---	---	--



Інгредієнти:

Яблуко зелене	400 г
Сік лимона	20 г
Базилік свіжий	30 г
Петрушка свіжа	30 г
Петрушка кучерява	20 г
Вода	200 мл

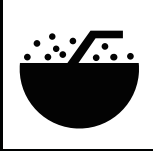
Порядок приготування:

Яблука помити, почистити від насіння і порізати на 4 частини.

У чашу блендера покласти яблука, сік лимона, базилік, петрушку, додати воду і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF». Кнопкою «Function» вибрати програму «SMOOTHIE» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Ягідний смузі з морозивом

 Складність Легка	 Підготовка 3 хв	 Приготування 1 хв	 Порцій 2-3
--	---	---	--

Порядок приготування:

Ягоди добре помити й викласти в чашу блендера, додати цукор, морозиво, молоко і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

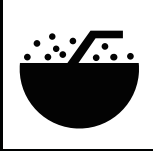
Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Інгредієнти:

Ягоди (малина, ожина, полуниця)	400 г
Цукор	30 г
Морозиво (пломбір)	1 стаканчик
Молоко	200 мл





Сирно-банановий смузі з вівсяними пластівцями

Інгредієнти:

Банан	200 г
Сир	150 г
Молоко	300 мл
Пластівці вівсяні	30 г
Цукор або мед за смаком	



Складність
Легка



Підготовка
3 хв



Приготування
1 хв



Порцій
2-3

Порядок приготування:

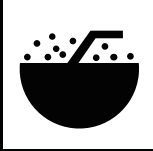
Банан очистити від шкірки й покласти в чашу блендера, додати сир, молоко, вівсяні пластівці, цукор або мед і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.





Молочно-шоколадний коктейль із бананом

 Складність Легка	 Підготовка 2 хв	 Приготування 1 хв	 Порцій 2
--	---	---	--

Порядок приготування:

Банан очистити від шкірки й покласти в чашу блендера, додати цукор, какао-порошок, молоко, лід і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

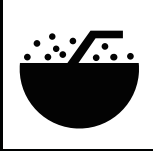
Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Інгредієнти:

Какао-порошок	25 г
Банан	100 г
Цукор	30 г
Молоко холодне	450 мл
Лід	100 г





Персиково-абрикосовий молочний коктейль

Інгредієнти:

Персики свіжі	250 г
Абрикоси свіжі	200 г
Молоко	200 г
Морозиво (пломбір)	180 г
Лід	100 г

●●○○○ Складність Легка	⌚ Підготовка 3 хв	🔥 Приготування 1 хв	🍲 Порцій 2-3
--	---	---	--

Порядок приготування:

У персиках і абрикосах прибрати кісточки, потім покласти в чашу блендера.

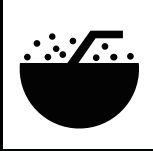
Додати молоко, морозиво, лід і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.





Молочний коктейль із суницею

 Складність Легка	 Підготовка 2 хв	 Приготування 1 хв	 Порцій 2
--	---	---	--



Інгредієнти:

Суниця	120 г
Морозиво (пломбір)	100 г
Молоко	400 мл
Лід	100 г

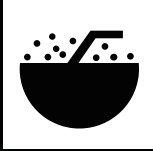
Порядок приготування:

Суниці добре вимити й покласти в чашу блендера, додати морозиво, молоко, лід і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Полуничний шейк

 Складність Легка	 Підготовка 2 хв	 Приготування 1 хв	 Порцій 2-3
--	---	---	--



Інгредієнти:

Полуниця	400 г
Молоко	200 г
Цукор	30 г
Морозиво (пломбір)	150 г
Лід	100 г

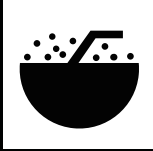
Порядок приготування:

Полуницю добре вимити й покласти в чашу блендера, додати морозиво, цукор, молоко, лід і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «Function» вибрати програму  «SMOOTHIE» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Класичний МОЛОЧНИЙ КОКТЕЙЛЬ

●●●●● Складність Легка	Підготовка 2 хв	Приготування 1 хв	Порцій 3-4
--	--	--	---------------------------------------

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти морозиво, додати молоко, цукор, екстракт ванілі, лід і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «Function» вибрати програму «SMOOTHIE» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Інгредієнти:

Молоко	500 г
Морозиво	200 г
Екстракт ванілі	1 ч. л.
Цукор	40 г або за смаком
Лід	150 г





Подрібнений лід із соком

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 3 хв	Приготування 2 хв	Порцій 2
--	--	--	-------------------------------------



Інгредієнти:

Лід	200 г
Вода	50 г
Сік фруктовий	150 г

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти лід, додати воду, сік і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «GRIND» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Полуниця з цукром

 Складність Легка	 Підготовка 3 хв	 Приготування 2 хв	 Порцій 5
--	---	---	--

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти полуницю, додати цукор і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «GRIND» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Інгредієнти:

Полуниця	500 г
Цукор	350 г





Подрібнення горіхів

Інгредієнти:

Горіхи 350 г

●●○○○
Складність
Легка

⌚
Підготовка
2 хв

🔥
Приготування
2 хв

🍲
Порцій
2-3

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти горіхи й закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «GRIND» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.





Приготування фаршу

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 3 хв	Приготування 2 хв	Порцій 2-3
--	--	--	---------------------------------------



Інгредієнти:

М'ясо	300 г
Цибуля	100 г
Перець чорний мелений	
Сіль за смаком	

Порядок приготування:

М'ясо та цибулю нарізати кубиком 3 см, викласти у чашу блендера, додати сіль, перець і закрити кришку.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «GRIND» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Соус із томатів для спагеті

 Складність Середня	 Підготовка 3 хв	 Приготування 1 хв	 Порцій 2-3
--	---	---	--



Інгредієнти:

Помідори ошпарені без шкірки	300 г
Перець болгарський червоний	70 г
Базилік свіжий	10 г
Часник	7 г
Перець чорний мелений	30 г
Соняшникова олія	
Сіль за смаком	
Цукор за смаком	

Порядок приготування:

У чашу блендера покласти помідори, нарізаний шматочками перець болгарський, базилік, часник, олію соняшкову, сіль, цукор, перець чорний мелений і закрити кришку.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «GRIND» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.



Суп картопляно-сирний із печерицями

○○○○○ Складність Середня	Підготовка 10 хв	Приготування 20 хв	Порцій 4-5
---	--	--	--

Порядок приготування:

Картоплю, цибулю та моркву почистити, порізати дрібним кубиком і покласти в чашу блендера, додати гриби нарізані тонкими пластами, додати воду і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «STEAM» і натиснути кнопку «ON/OFF».

За 7 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати сіль, перець чорний мелений, масло вершкове і встановити кришку назад.

Готувати до закінчення програми.

Дати настоятися 10 хвилин.

Під час подачі посипати зверху зеленню.

Інгредієнти:

Картопля	150 г
Печериці	100 г
Сир вершковий	200 г
Цибуля	50 г
Морква	70 г
Вода	800 г
Масло вершкове	30 г
Сіль, перець за смаком	
Зелень для прикраси	





Суп рибний

Інгредієнти:

Риба філе	200 г
Картопля	150 г
Цибуля ріпчаста	50 г
Морква	50 г
Вода	800 г
Сіль, перець за смаком	
Зелень для прикраси	
Масло вершкове	40 г

Порядок приготування:

Філе риби нарізати шматочками. Картоплю, цибулю, моркву почистити й порізати дрібними кубиками.

У чашу блендера викласти картоплю, моркву, цибулю, воду, сіль й закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку  «ON/OFF».

Кнопкою  «FUNCTION» вибрати програму  «STEAM» і натиснути кнопку  «ON/OFF».

За 10 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати рибу, перець чорний мелений, масло вершкове і встановити кришку назад.

Готувати до закінчення програми.

Дати настоятися 10 хвилин.

Під час подачі посипати зверху зеленню.

 Складність Середня	 Підготовка 10 хв	 Приготування 20 хв	 Порцій 4-5
---	--	--	--





Каша булгур із сухофруктами

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 5 хв	Приготування 20 хв	Порцій 4
--	--	---	-------------------------------------



Інгредієнти:

Крупа булгур	200 г
Цибуля ріпчаста	50 г
Курага	50 г
Родзинки	35 г
Вода	360 г
Сіль за смаком	

Порядок приготування:

Цибулю почистити, порізати соломкою, покласти в чашу блендера, додати курагу нарізану смужками, додати булгур, родзинки, сіль, воду і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «STEAM» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми. Дати настоятися 10 хвилин.



Каша гречана з грибами

●●○○○ Складність Легка	Підготовка 5 хв	Приготування 20 хв	Порцій 4
--	--	---	-------------------------------------



Інгредієнти:

Гречка	150 г
Печериці	50 г
Цибуля ріпчаста	50 г
Вода	300 г
Сіль, перець за смаком	
Масло вершкове	40 г

Порядок приготування:

- Гриби нарізати пластами, цибулю почистити й нарізати соломкою.
- Гречку добре промити до чистої води.
- У чашу блендера покласти гриби, цибулю, гречку, сіль, воду і закрити кришку блендера.
- Натиснути на кнопку «ON/OFF».
- Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «STEAM» і натиснути кнопку «ON/OFF».
- За 5 хвилин до закінчення програми відкрити кришку дозавантаження продуктів, додати масло вершкове і встановити кришку назад.
- Готувати до закінчення програми.
- Дати настоятися 10 хвилин.



Каша рисова з яблуками

●●●●● Складність Легка	Підготовка 5 хв	Приготування 20 хв	Порцій 4
--	--	---	-------------------------------------

Порядок приготування:

Рис промити до чистої води.

Яблука почистити й порізати дрібним кубиком.

У чашу блендера покласти рис, яблука, родзинки, корицю, сіль, цукор, воду і закрити кришку блендера.

Натиснути на кнопку «ON/OFF».

Кнопкою «FUNCTION» вибрати програму «STEAM» і натиснути кнопку «ON/OFF».

Готувати до закінчення програми.

Дати настоятися 10 хвилин.

Інгредієнти:

Рис Басматі	150 г
Вода	300 г
Яблука	50 г
Родзинки	30 г
Кориця за смаком	
Сіль, цукор за смаком	

