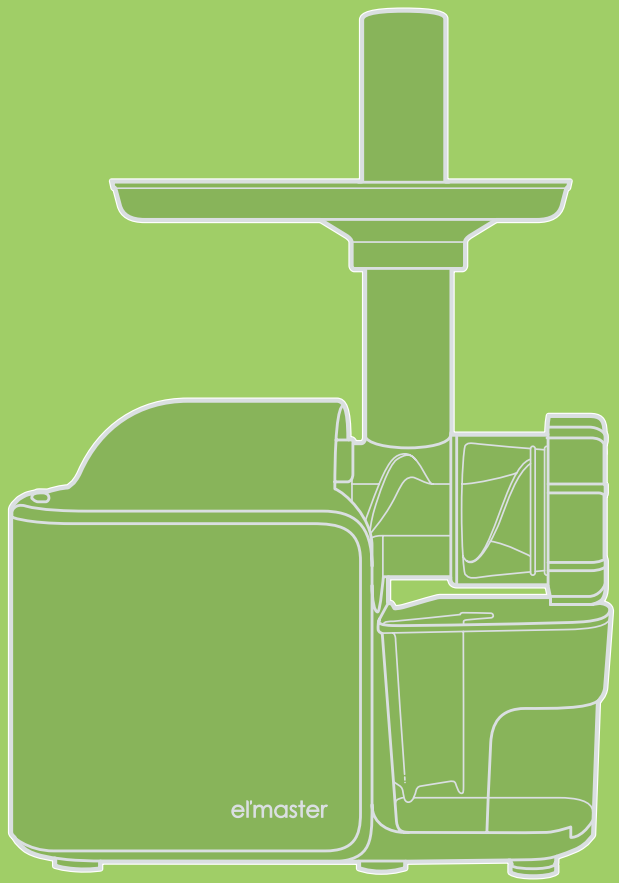
уникальная мясорубка **slow mincer** +
керамическая шнековая соковыжималка

el'master



инструкция по эксплуатации и книга рецептов

element

el'master - это 2 прибора в 1

Уникальная мясорубка **Slow Mincer**

+

Керамическая шнековая соковыжималка (холодный отжим)

Slow Mincer – мощная, но при этом тихая мясорубка с низкооборотистым двигателем всего 170 Вт, шнеком уникальной формы из прочного полимерного материала и самозатачивающимися ножами из нержавеющей стали.

el'master - это 9 функций в 1

1. Сочный мягкий фарш.
2. Сосиски и кебабы (опционально).
3. Пасты (макаронные изделия).
4. Соки холодного отжима из всех овощей, фруктов, ягод и трав.
5. Соусы, заправки и подливы (хумус, песто и т.п.).
6. Детское питание и пюре.
7. Сорбеты и мороженое из ягод и фруктов.
8. Коктейли и смузи.
9. Джемы и варенья.

Долговечный

Низкооборотистый двигатель постоянного тока PMDC с ферритовыми магнитами обеспечивает стабильную и надежную работу прибора, вот почему мы даем гарантию на двигатель **5 лет**! Прибор снабжен дополнительной системой защиты двигателя от перегрузок.

Надежный

Металлическое соединение «двигатель-шнек-нож» обеспечивает высокую работоспособность и надежность прибора, а плавный старт позволяет увеличить срок службы вашей машины и всех ее деталей. Помимо этого **el'master** оснащен системой реверса для того, чтобы легко удалять застрявшие продукты.

Безопасный

Шнек из высокопрочного полимерного материала (PMMA) со стальным стержнем стоек к истиранию и повышенным нагрузкам. Он ударопрочен, но в отличие от металлических шнеков, не окисляется, не подвержен коррозии, не впитывает запахи и устойчив к воздействию чистящих средств. Все детали, которые соприкасаются с пищей, абсолютно безвредны и не содержат бисфенол А.

Многофункциональный

В комплекте имеются насадки для приготовления домашней пасты, сосисок, а также 2 вида фильтров для разного типа фруктов. Благодаря такому разнообразию, **el'master** станет незаменимым помощником на вашей кухне! А также он практически бесшумен (всего 65 дБ), так что его можно использовать в любое время дня, и это не помешает отдыху даже самых маленьких членов семьи.

Выносливый

Самозатачивающиеся решетка и серпообразный нож из высококачественной нержавеющей стали справятся даже с жестким жилистым мясом, не продавливая, а именно разрезая его, что позволяет получать сочный мягкий фарш.

Уникальный

Шнек для мясорубки с 13 ребрами и большим расстоянием между витками спирали способствует легкому (самостоятельному) продвижению продуктов в камере, что избавляет вас от контроля над прибором и использования толкателя. А размер камеры позволяет использовать куски большого размера и сократить время на их подготовку.

Практичный

Конструкция соковыжималки предусматривает автоматическое удаление жмыха и непрерывную работу прибора в течение 20 минут. Также **el'master** легко разбирается и моется, не создавая дополнительных хлопот своим хозяевам!

Непревзойденный

Первый в мире керамический шнек **CeramicPro+** имеет 17 ребер, стоек к истиранию, не окрашивается, не впитывает запахи и легко моется. В сочетании с низкой скоростью вращения, шнек обеспечивает бережный холодный отжим, что позволяет сохранять до 68% полезных энзимов, минералов и витаминов, в то время как центробежные соковыжималки сохраняют около 17%. Во время отжима сок не окисляется, сохраняя вкус и аромат свежих фруктов и овощей в течение 72 часов.

инструкция по эксплуатации

Важные указания по безопасности 6
Сборка блока мясорубки. 8
Использование мясорубки. 8
Сборка блока соковыжималки 9
Использование соковыжималки 10
Обслуживание и чистка 10
Ремонт и устранение неисправностей 10

книга рецептов

Фруктовые соки 12
Овощные соки 16
Супы 20
Домашняя кулинария 22
Макаронные изделия 24
Мороженое 26

Уважаемый покупатель!
Поздравляем с приобретением мультифункциональной мясорубки **el'master**!
Использование этого прибора позволит с легкостью справляться с разнообразными кулинарными задачами по обработке продуктов, а эксплуатация доставит несомненное удовольствие.

ВАЖНЫЕ УКАЗАНИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ

Прежде чем использовать этот прибор, пожалуйста, внимательно ознакомьтесь с инструкцией по эксплуатации.

- Изготовитель не несет ответственности за любые травмы или ущербы, возникшие вследствие неправильной эксплуатации прибора.
- Мясорубка является бытовым электроприбором и предназначена для использования в домашних условиях, в строгом соответствии с инструкцией по эксплуатации. Неправильная эксплуатация и техническая модификация мясорубки могут создать условия, опасные для жизни и здоровья пользователя.
- Этот электроприбор не предназначен для использования детьми или недееспособными взрослыми без надлежащего контроля, а также лицами, не имеющими достаточных навыков по использованию электроприборов и не знакомыми с инструкцией по эксплуатации.
- Не допускайте, чтобы дети играли электроприбором.
- Перед подключением мясорубки к электросети удостоверьтесь в том, что напряжение электросети соответствует напряжению, паспортизированному для данного электроприбора.
- Всегда отключайте мясорубку от электросети, когда оставляете ее без присмотра, по окончании использования, а также перед ее разборкой или чисткой.
- При отключении мясорубки от электросети не тяните за сетевой шнур. Не прикасайтесь к вилке сетевого шнура мокрыми руками
- Следите за тем, чтобы сетевой шнур не касался поверхностей, способных повредить его.
- Не используйте при подключении поврежденные или перегруженные удлинители.
- Не эксплуатируйте мясорубку в местах с повышенной влажностью, вблизи источников тепла, не допускайте длительного воздействия на прибор прямого солнечного света.
- Во избежание поражения электротоком не погружайте блок с двигателем, сетевой шнур или его вилку в воду или иную жидкость.
- Не касайтесь во время работы движущихся частей мясорубки. Не допускайте попадания посторонних предметов на ножи мясорубки. При проталкивании продуктов в загрузочную воронку, используйте только толкатель, идущий в комплекте.
- Не обрабатывайте мясорубкой очень горячие продукты.
- Мясорубка относится к устройствам класса I и должна быть надежно заземлена.
- Не рекомендуется нагревать детали мясорубки, в том числе в микроволновой печи.
- Не рекомендуется мыть пластиковые детали в посудомоечной машине
- Соблюдайте осторожность при обращении с ножами мясорубки – лезвия ножей очень острые.
- Не промывайте насадки, не отсоединив их от блока с электродвигателем.
- Во избежание травм и повреждения имущества используйте только оригинальные аксессуары, которые входят в комплект прибора.
- Для хранения упакуйте мясорубку в коробку и храните в сухом помещении, в местах, недоступных для детей.
- Сохраните эту инструкцию для дальнейших справок, а в случае передачи мясорубки другому владельцу, передайте инструкцию вместе с прибором.

ПЕРЕД ПЕРВЫМ ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ

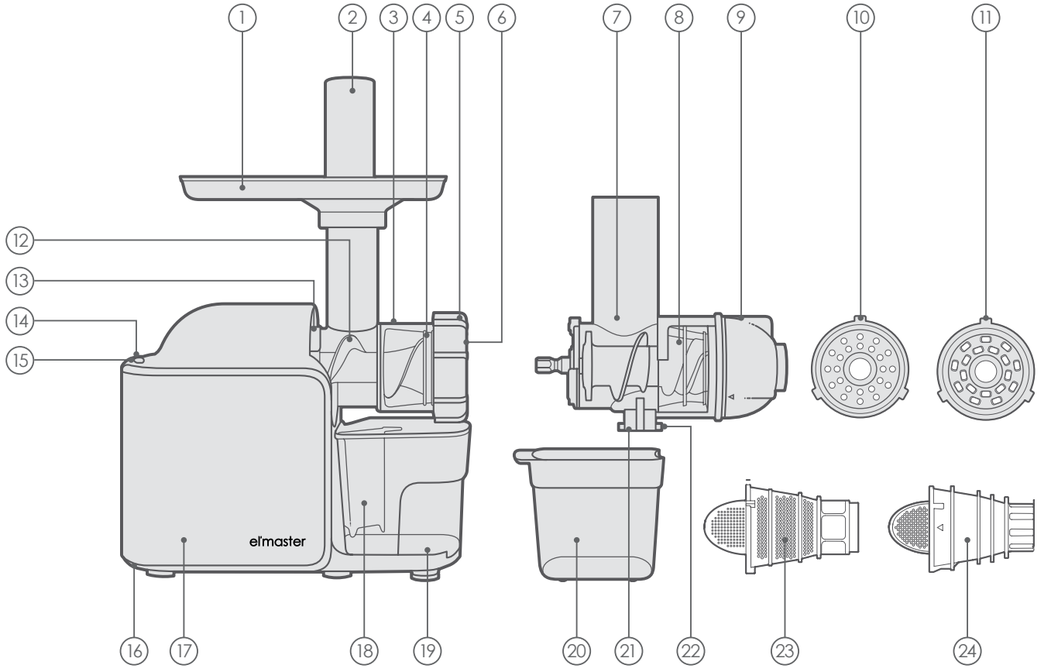
ВНИМАНИЕ! Всегда отключайте мясорубку от электросети, когда она не используется, перед разборкой/сборкой или чисткой.

Вымойте все съемные детали мясорубки в теплой воде с моющим средством, затем промойте чистой водой и тщательно просушите.

ПРИМЕЧАНИЕ
Смажьте решетку и нож растительным маслом. Не используйте прибор вхолостую, если решетки не смазаны.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

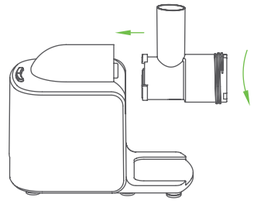
*ВНИМАНИЕ! Во избежание перегрева двигателя не эксплуатируйте прибор непрерывно более **20 минут**, в противном случае он выключится автоматически.*



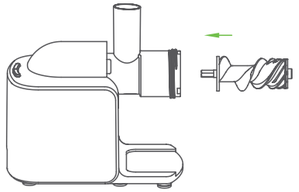
1. Съемный лоток для продуктов
2. Толкатель
3. Рабочая камера блока-мясорубки
4. Конусообразная направляющая
5. Винтовое крепление (гайка)
6. Нож и насадка (металлическая решетка) для измельчения мяса
7. Рабочая камера блока-соковыжималки
8. Керамический шнек для соковыжималки **Ceramic Pro+**
9. Винтовое крепление (гайка) с отверстием для выхода жмыха
10. Насадка для приготовления спагетти
11. Насадка для приготовления лапши
12. Шнек для мясорубки
13. Кнопка отсоединения рабочей камеры
14. Кнопка on/off (включения/выключения)
15. Кнопка обратного хода «Reverse». Для кратковременного вращения шнека в обратном направлении
16. Сетевой шнур
17. Корпус с двигателем
18. Сепаратор пены
19. Контейнер для сока
20. Контейнер для жмыха
21. Отверстие для выхода сока
22. Клапан «Капля-стоп»
23. Фильтр-сетка для мягких плодов, имеет ячеистую структуру на всей поверхности
24. Фильтр-сетка для твердых плодов и травы

СБОРКА БЛОКА МЯСОРУБКИ

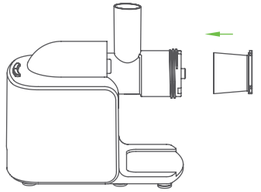
Отключите прибор от сети. Наклоните камеру вправо и вставьте в корпус. Переведите камеру в вертикальное положение, чтобы заблокировать насадку (до щелчка).



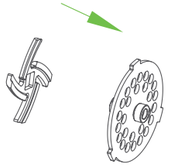
Вставьте шнек в камеру (длинной осью вперед).



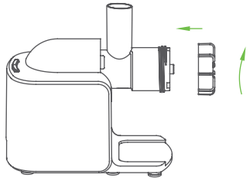
Вставьте конусообразную направляющую широкой частью внутрь так, чтобы выступы вошли в пазы на камере.



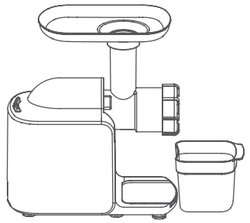
Наденьте нож на ось решетки. Режущие кромки должны примыкать к решетке. Вставьте решетку ножом внутрь так, чтобы выступы вошли в пазы на направляющей.



При использовании насадок для приготовления лапши и спагетти металлическая решетка и ножи не используются.
Завинтите до упора гайку на корпусе (по часовой стрелке).



Установите лоток для продуктов на выступы загрузочной воронки.



Подставьте контейнер для фарша.
Включите прибор: он готов к работе.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЯСОРУБКИ

- Полностью подготовьте продукты к помолу. Удалите кости, хрящи и сухожилия.
- Нарежьте мясо на кусочки подходящего размера и положите его на лоток
- Для начала работы нажмите кнопку включения **on/off**.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Не включайте прибор мокрыми руками. Не включайте прибор, если на основной выключатель попала жидкость.

- Постепенно подавайте мясо в камеру, при необходимости используйте толкатель.

ВНИМАНИЕ! Никогда не подталкивайте продукты пальцами, не используйте в качестве толкателя посторонние предметы (вилки, ложки, палочки для еды и пр.)

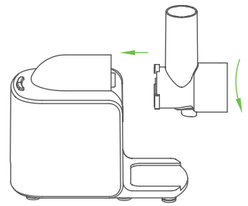
- Если мясорубка забилась, нажмите на кнопку **on/off** для того чтобы отключить мясорубку, затем нажмите на кнопку обратного хода **Reverse**

- Шнек сделает несколько оборотов в обратном направлении и вытолкнет застрявшие продукты.

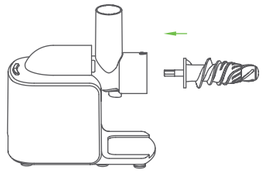
- Если это не помогает, отключите мясорубку от электросети, разберите и прочистите камеру вручную.

СБОРКА БЛОКА СОКОВЫЖИМАЛКИ

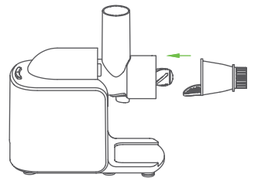
Отключите прибор от сети. Наклоните камеру соковыжималки вправо и вставьте в корпус. Переведите камеру в вертикальное положение, чтобы заблокировать насадку (до щелчка).



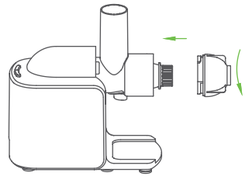
Вставьте шнек в корпус (длинной осью вперед).



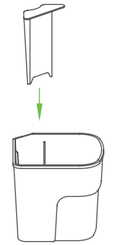
Вставьте фильтр-сетку до упора таким образом, чтобы металлическая часть совпала с отверстиями на нижней части камеры. Используйте подходящий фильтр, в зависимости от твердости плодов.



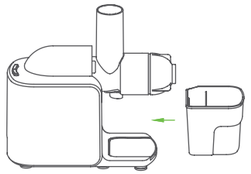
Вставьте винтовое крепление так, чтобы выступы совпали с пазами на камере, затем поверните его против часовой стрелки до упора.



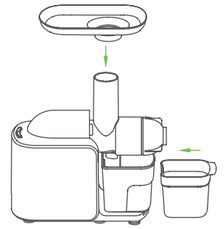
Вставьте сепаратор пены в контейнер для сока.



Установите контейнер для сока на подставку.



Подставьте еще один контейнер для жмыха.
Установите лоток для продуктов на загрузочную воронку.



ВНИМАНИЕ! Во время работы соковыжималки должен быть открыт клапан "Капля-стоп". Поэтому перед включением соковыжималки обязательно откройте клапан, повернув его против часовой стрелки.
После приготовления сока выключите аппарат и отключите его от сети. Когда сок перестанет течь из отверстия для выхода сока, вы можете убрать контейнеры с соком и жмыхом. Чтобы после использования прибора капли не стекали по нему, рекомендуется закрыть клапан «Капля-стоп», повернув его по часовой стрелке.

Подключите прибор к сети: он готов к работе.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОКОВЫЖИМАЛКИ

- Подготовьте продукты, помойте, удалите крупные косточки и, при необходимости, кожуру.
- Разрежьте плоды на кусочки подходящего размера, чтобы они проходили в загрузочную воронку.
- Для начала работы нажмите кнопку включения **on/off**.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Не включайте прибор мокрыми руками. Не включайте прибор, если на основной выключатель попала жидкость.

- Постепенно подавайте продукты в камеру, используя толкатель.

ВНИМАНИЕ! Никогда не подталкивайте продукты пальцами, не используйте в качестве толкателя посторонние предметы (вилки, ложки, палочки для еды и пр.)

- Если плоды застряли в камере и их необходимо извлечь, нажмите на кнопку **on/off** для того, чтобы отключить прибор, затем нажмите на кнопку обратного хода **Reverse**. Шнек сделает несколько оборотов в обратном направлении и вытолкнет застрявшие продукты. Если это не помогает, отключите прибор от электросети, разберите и прочистите камеру вручную.

ОБСЛУЖИВАНИЕ И ЧИСТКА

- Выполняйте чистку прибора сразу после каждого использования, в противном случае последующая чистка может быть затруднена.
- Перед чисткой, а также после каждого использования отключайте прибор от электросети.
- Не используйте для чистки абразивные чистящие средства.

ВНИМАНИЕ! Никогда не погружайте блок с электродвигателем, а также сетевой шнур и вилку сетевого шнура в воду или другую жидкость, не мойте их под проточной водой или в посудомоечной машине.

1 . Для чистки блока с электродвигателем используйте влажную салфетку. После чистки вытрите его насухо мягкой салфеткой.
2 . Съемные части можно мыть проточной водой с мягким моющим средством. После чистки вытрите все детали насухо мягкой салфеткой.

ВНИМАНИЕ! Лезвия ножей очень острые, соблюдайте осторожность при обращении с ними.

РЕМОНТ И УСТРАНЕНИЕ НЕИСПРАВНОСТЕЙ

- В целях безопасности ремонт электроприбора должен осуществляться только квалифицированными специалистами авторизованного сервисного центра.
- Гарантия не распространяется на неисправности, обусловленные неквалифицированным ремонтом, а также неправильной эксплуатацией электроприбора.
- Запрещается использование неисправного электроприбора, а также при механических или иных повреждениях самого электроприбора, сетевого шнура или его вилки.
- Никогда не разбирайте электроприбор самостоятельно, не вставляйте никакие посторонние предметы в отверстия в корпусе электроприбора.
- Если электроприбор не подлежит ремонту, не выбрасывайте его вместе с бытовыми отходами. Позаботьтесь об окружающей среде! Неисправный электроприбор необходимо сдать в специализированный пункт утилизации. Адреса пунктов приема бытовых электроприборов на переработку Вы можете получить в муниципальных службах Вашего города.
- При замене неисправного электроприбора на новый юридическую ответственность за утилизацию должен нести продавец.

СПЕЦИФИКАЦИЯ

Номинальная мощность 170 Вт
Питание: 220–240 В / 50 Гц
Скорость вращения: 75 об/мин.
Макс. время непрерывной работы: 20 минут

Производитель сохраняет за собой право на внесение изменений в технические характеристики, комплектацию и конструкцию данной модели без предварительного уведомления.

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАЦИИ

Товар сертифицирован в соответствии с законом «О защите прав потребителей». Установленный производителем в соответствии с п.2 ст.5 Федерального Закона РФ «О защите прав потребителей» срок службы для данного изделия равен 5 годам, при условии, что изделие используется в строгом соответствии с настоящей инструкцией по эксплуатации и применяемыми техническими стандартами.

ГАРАНТИЙНЫЙ СРОК

Гарантийный срок составляет 12 месяцев с документально подтвержденной даты продажи Оборудования/Изделия Потребителю Продавцом. Гарантия на двигатель составляет 5 лет.
В случае отсутствия у Потребителя документов, подтверждающих дату покупки, гарантийный срок рассчитывается с даты изготовления.

Почувствуйте удобство профессиональных кухонных приборов у себя дома

Фруктовые соки

Фруктовые соки, приготовленные **el'master**, сохраняют в полной мере свои питательные вещества, витамины, а также естественный вкус, аромат и цвет.
Свежие фрукты богаты витаминами и минералами, необходимыми для здоровья, а также антиоксидантами, незаменимыми для профилактики различных заболеваний.
Готовые фруктовые соки, имеющиеся в продаже, содержат искусственные ароматизаторы и красители, а также консерванты, и не обладают целительной силой натуральных соков.
Отжим соков в обычной соковыжималке путем измельчения фруктов сопровождается окислением мякоти, что является причиной частичной потери питательных свойств и отрицательно сказывается на внешнем виде готового продукта.
Отжим соков в **el'master** происходит без окисления мякоти, которая удаляется в процессе отжима, сок сохраняет все питательные свойства и аппетитный внешний вид.

Клубничный сок

Насыщенный красный цвет придает клубнике содержащийся в ней ликопин – мощный антиоксидант, укрепляющий иммунную и кровеносную систему, замедляющий процесс старения. В 5-6 ягодах клубники содержится суточная доза витамина С.

Приготовление

1. Вымойте клубнику и удалите плодоножки.
2. Положите клубнику в загрузочный желоб соковыжималки.

Дынный сок

Богатая витамином С и каротином дыня является прекрасным средством для снятия усталости и стресса, дынный сок замедляет процесс старения, а высокое содержание калия помогает стабилизировать давление и регулирует функцию почек.

Приготовление

1. Срежьте кожуру и нарежьте дыню кусочками.
2. Удаление семян позволит снизить содержание сахара в соке.

Черничный сок

Черника – кладезь витаминов и полезных веществ. В чернике содержатся антиоксиданты, защищающие от онкологических заболеваний, инсульта и преждевременного старения. Черника улучшает память и восстанавливает зрение.

Приготовление

1. Вымойте ягоды черники и положите в загрузочный желоб соковыжималки.
2. Пигмент, содержащийся в кожице черники, обеспечивает соку темно-фиолетовую окраску.
3. Из черники получается немного сока, поэтому мы рекомендуем комбинировать чернику с яблоками и/или грушами.

Виноградный сок

Виноград содержит флавониды, предотвращающие образование тромбов в кровеносных сосудах, виноградный сок благотворно влияет на сердечно-сосудистую систему, укрепляет сердце. Содержащиеся в винограде и виноградных косточках пектины и дубильные вещества улучшают пищеварение.

Приготовление

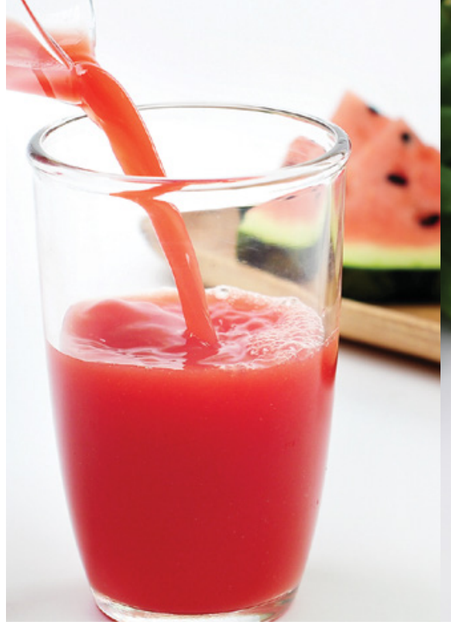
1. Вымойте виноград и отделите ягоды от веточек.
2. Положите виноград в загрузочный желоб соковыжималки.

Грушевый сок

В грушах содержится большое количество пектина и клетчатки, способствующей пищеварению и регулирующей обменные процессы, а также калий, улучшающий работу почек. Груши также рекомендованы для лечения кашля и астмы.

Приготовление

1. Вымойте груши и разрежьте на дольки.
2. Положите дольки в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Чтобы подсластить сок используйте мед, можно также добавить имбирь.

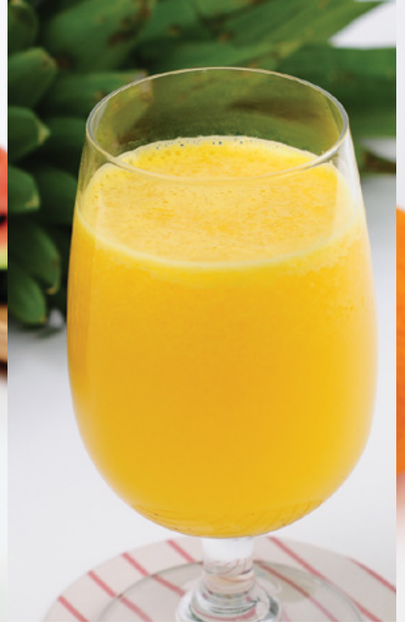


Арбузный сок

Фруктоза и глюкоза, содержащиеся в арбузах, эффективны при лечении усталости и стресса. Арбузы рекомендованы при гипертонии, болезнях сердца и почек, также в качестве натурального и эффективного мочегонного средства при отеках, например, в период беременности.

Приготовление

1. Нарежьте арбуз ломтиками, удалите семена и срежьте кожуру.
2. Положите ломтики в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Срезанную кожуру можно использовать как косметическое средство для увлажнения кожи.



Ананасовый сок

Ананасы – тропические фрукты с высоким содержанием сахара, поэтому они рекомендованы как тонизирующее средство. Кроме того, ананасы улучшают пищеварение и эффективны для лечения артрита. Высокое содержание витамина С оказывает благотворное влияние на состояние кожи и волос.

Приготовление

1. Срежьте кожуру и удалите твердую сердцевину.
2. Разрежьте мякоть на кусочки.
3. Положите кусочки ананаса в загрузочный желоб соковыжималки.

Добавьте немного ананаса к овощным сокам – насыщенный сладкий вкус и аромат ананаса хорошо оттеняет вкус овощей и делает овощные соки более сладкими и питательными.

Апельсиновый сок

В апельсинах содержится большое количество витамина С, а также флавониды и бета-каротин, укрепляющие иммунную систему. Апельсины – прекрасное мультивитаминное средство для укрепления здоровья и профилактики различных заболеваний.

Приготовление

1. Снимите кожуру и разделите апельсины на дольки.
2. Положите дольки в загрузочный желоб соковыжималки.

Для осветления и фильтрации пропустите полученный сок через соковыжималку еще раз.

Овощные соки

Овощные соки – эффективное средство профилактики опасных заболеваний, они укрепляют иммунную систему и замедляют процессы старения.

Свежие овощи содержат не только большое количество витаминов и минералов, но и растительные ферменты, являющиеся мощными природными антиоксидантами. Регулярное употребление овощных соков – простой и наиболее эффективный способ профилактики заболеваний и укрепления здоровья.

Клетчатка, содержащаяся в овощах и фруктах, снижает процент усвоения питательных веществ и замедляет скорость их усвоения в среднем до 3-5 часов. Свежевыжатые соки, не содержащие клетчатки, усваиваются на практически сразу после употребления, не нагружая при этом пищеварительную систему.

Советы по приготовлению овощных соков

Овощи с низким содержанием жидкости смешивайте с сочными фруктами.
Овощи содержат меньше сахара и жидкости, чем фрукты. Поэтому для получения соков из овощей с низким содержанием жидкости мы рекомендуем добавлять к овощам сочные фрукты. Груши, дыни и яблоки содержат большое количество жидкости, они прекрасно сочетаются со многими овощами, оттеняя их вкус и аромат.

Овощи с большим содержанием растительных волокон нарежьте кусочками.
Для максимальной экстракции сока волокнистые овощи, такие как сельдерей, следует перед отжимом сока нарезать кусочками.

Тщательно вымойте овощи перед отжимом сока.
Овощи необходимо тщательно мыть перед отжимом соков, особенно корнеплоды, чтобы полностью удалить с корней песок и остатки грунта.

Двойной отжим сделает сок светлее.
Для осветления соков и дополнительной фильтрации пропустите сок через **el'master** еще раз.

Сок из ростков пшеницы

Ростки пшеницы изобилуют витаминами и минералами, они очищают организм, улучшают кровообращение, нормализуют артериальное давление и оказывают общеукрепляющее действие на организм. Это очень полезный сок, рекомендованный всем без исключения.

Приготовление

1. Срежьте пучок ростков пшеницы.
2. Положите пучок в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Ростки пшеницы хорошо сочетаются с апельсинами и грушами. Добавьте несколько ломтиков фруктов.

Ростки пшеницы можно приобрести в супермаркете или вырастить в домашних условиях.

Капустный сок

Капуста богата витамином D и снижает образование мокроты при кашле. Витамин U, содержащийся в капусте, способствует снижению температуры тела, а кальций предотвращает остеопороз. Капуста рекомендована при желудочно-кишечных заболеваниях и является эффективным антиоксидантом.

Приготовление

1. Нарежьте кочан капусты кусками.
2. Капуста содержит мало жидкости, поэтому для получения сока добавьте грушу или дыню.
3. Для осветления и фильтрации сока пропустите его через соковыжималку повторно.

При отжиме сока из капусты соковыжималка может шуметь чуть сильнее обычного. Это нормальное явление и не свидетельствует о неисправности соковыжималки.

Морковный сок

Морковь – основной источник бета-каротина и витамина А, необходимых для сохранения зрения, предупреждающих онкологические заболевания и замедляющие процессы старения.

Приготовление

1. Вымойте морковь и нарежьте брусочками.
2. Положите брусочки моркови в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Для осветления и фильтрации сока пропустите его через соковыжималку повторно.

Оранжевый пигмент моркови окрашивает пластмассовые детали соковыжималки. Пятна удаляются естественным путем при обработке других ингредиентов.

Томатный сок

Томаты входят в первую десятку продуктов, признанных, по мнению журнала «Time», самыми полезными продуктами для диетического питания. Содержащийся в томатах ликопин – эффективное натуральное средство для профилактики онкологических заболеваний. Томаты замедляют процессы старения, нормализуют артериальное давление и предотвращают образование тромбов.

Приготовление

1. Тщательно вымойте томаты и нарежьте дольками, не срезая плодоножку.
2. Положите томаты в загрузочный желоб соковыжималки.

Томаты черри имеют более плотную текстуру, меньше сока и содержат больше питательных веществ. Все сорта томатов содержат незначительное количество калорий, поэтому томатный сок включен в диеты, способствующие похудению.

Сок из сельдерея

Уникальный запах сельдерея снимает усталость и повышает аппетит. Сельдерей регулирует выделительную систему – контролирует потоотделение, диурез и температуру тела. Сельдерей содержит пищевые волокна, способствующие снижению уровня холестерина в крови, укрепляет нервную систему, он полезен при пищевых от- равлениях, невралгии, а также рекомендован женщинам в период менопаузы.

Приготовление

1. Вымойте сельдерей и нарежьте кусочками.
2. Положите кусочки сельдерея в загрузочный желоб соковыжималки.

Сок из шпината

Шпинат содержит большое количество кальция, поэтому он очень полезен при анемии, а также женщинам в период менопаузы. Шпинат содержит витамин А, который улучшает зрение и способствует физическому росту, поэтому особенно рекомендован для детского питания.

Приготовление

1. Используйте шпинат с корешками, так как в них содержится много питательных веществ.
2. Положите тщательно вымытый шпинат в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Всегда храните шпинат с корешками, чтобы дольше сохранить его свежим.

Сок из сладкого перца

Сладкий перец снижает уровень холестерина и рекомендован при лечении мышечной атрофии. Сок сладкого перца содержит большое количество витаминов, поэтому рекомендован людям с ослабленным здоровьем и детям.

Приготовление

1. Удалите семена и нарежьте перец кусочками.
2. Положите кусочки перца в загрузочный желоб соковыжималки.

Сок из брокколи

Брокколи содержит селен – мощный природный антиоксидант, необходимый для очищения организма и укрепления иммунитета. Брокколи также содержит бета-каротин.

Приготовление

1. Нарежьте брокколи кусочками.
2. Положите кусочки брокколи в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Для улучшения вкуса и аромата сока добавьте несколько ломтиков груши, яблока или дыни.

Супы

1. Грибной суп с лопухом

Ингредиенты (на 4 порции)
½ корня лопуха / 2 луковицы таро
100 г грибов / 2 куриные грудки
200 мл воды / 500 мл молока / щепотка соли
щепотка перца / немного итальянской петрушки

Приготовление

1. Очистите лопух и лук, порежьте кубиками размером 2 см, обдайте водой. Смойте с грибов землю и тонко порежьте.
2. Положите ингредиенты, приготовленные на этапе 1, и куриную грудку в кастрюлю, добавьте воды, готовьте на среднем огне до тех пор, пока ингредиенты не станут мягкими.
3. Выньте куриные грудки, пропустите овощи через мясорубку, смешайте с молоком. Разломайте руками куриные грудки на части.
4. Готовьте снова на медленном огне, посолите и поперчите по вкусу.
5. Разлейте суп по тарелкам, добавьте куриные грудки, приготовленные на этапе 3, и украсьте итальянской петрушкой.

2. Пюре из зеленых овощей

Ингредиенты (на 4 порции)
200 г бобов (без стручков)
½ пучка японского горчичного шпината
500 мл концентрированного бульона
щепотка соли / немного соевого соуса

Приготовление

1. Очистите кожицу с бобов, порежьте японский горчичный шпинат кусочками длиной 2 см.
2. Поместите ингредиенты, приготовленные на этапе 1, и концентрированный бульон в кастрюлю, готовьте на среднем огне до тех пор, пока ингредиенты не размякнут.
3. Выключите нагрев и пропустите смесь через мясорубку. Включите нагрев снова и удерживайте на медленном огне, когда суп закипит, посолите и добавьте соевый соус по вкусу.

3. Морковный суп

Ингредиенты (на 4 порции)
4 моркови / 30 г сушеных помидоров
½ луковицы / 1 столовая ложка оливкового масла
400 мл воды / 40 г риса / 300 мл молока
щепотка соли / щепотка перца
сухарики для супа / немного свежих сливок

Приготовление

1. Порежьте морковь и сушеные помидоры кубиками размером 2 см, тонко порежьте лук.
2. Разогрейте оливковое масло в кастрюле, обжарьте морковь с луком. Когда лук станет мягким, добавьте сушеные помидоры и воду, закройте кастрюлю крышкой и тушите на медленном огне.
3. Выключите нагрев, когда овощи, приготовленные на этапе 2, станут мягкими, добавьте сваренный рис, пропустите смесь через мясорубку. Добавьте молоко и готовьте на медленном огне до загустения. Посолите и поперчите по вкусу.
4. Разлейте суп по тарелкам, добавьте сухарики и немного свежих сливок.

4. Суп с корнеплодами

Ингредиенты (на 4 порции)
½ моркови / ½ корня лопуха
1 небольшой корень лотоса (80 г)
100 г дайкона / ½ стебля лука-порей
½ кубика тофу / 2 столовые ложки мисо
600 мл воды / немного зеленого лука

Приготовление

1. Порежьте корнеплоды кубиками размером 2 см. Тонко порежьте лук.
2. Поместите ингредиенты, приготовленные на этапе 1 и воду в кастрюлю и готовьте на среднем огне. Когда смесь размякнет, выключите нагрев, добавьте тофу и мисо и пропустите смесь через мясорубку.
3. Нагревайте на медленном огне, после закипания разлейте суп по тарелкам и украсьте мелко порубленным зеленым луком.

5. Холодный томатный суп

Ингредиенты (на 4 порции)
2 помидора / ½ красного болгарского перца
400 мл томатного сока / бальзамический уксус
1 столовая ложка оливкового масла / сметана

Приготовление

1. Бланшируйте (обдайте кипятком) и очистите помидоры от кожицы и порежьте кубиками размером 2 см, порежьте красный болгарский перец кубиками размером 2 см.
2. Поместите все ингредиенты, приготовленные на этапе 1 и томатный сок в контейнер, добавьте 1 столовую ложку бальзамического уксуса и оливковое масло, пропустите смесь через мясорубку.
3. Разлейте суп, приготовленный на этапе 2, по тарелкам, положите сметану и размешайте, добавив немного бальзамического уксуса.

6. Суп вишисуаз с карри

Ингредиенты (на 4 порции)
1 картофель / ¼ луковицы / 150 мл куриного бульона / 1 столовая ложка карри / 300 мл молока
10 г сливочного масла / щепотка соли
щепотка перца / лук-резанец

Приготовление

1. Очистите и тонко порежьте картофель и лук.
2. Растопите масло в кастрюле и обжарьте ингредиенты, приготовленные на этапе 1, когда лук станет мягким, добавьте куриный бульон и карри, готовьте на среднем огне.
3. Выключите нагрев, когда овощи, приготовленные на этапе 2, размякнут, пропустите их через мясорубку.
4. Добавьте молоко и нагревайте на медленном огне. Когда суп закипит, посолите и поперчите по вкусу. Остудите суп в холодильнике, затем разлейте по тарелкам и украсьте луком-резанцом.

Домашняя кулинария

При помощи **el'master** можно легко и просто приготовить полезные и вкусные блюда и десерты для всей семьи – супы-пюре, соусы, джемы, желе и многое другое.

Суп-пюре из кукурузы

Ингредиенты

1 банка консервированной кукурузы, 15 г лука, 100 мл молока.

Приготовление

1. Слейте с консервированной кукурузы жидкость.
2. Смешайте кукурузу с молоком и положите в загрузочный желоб мясорубки.
3. Положите в загрузочный желоб лук.
4. Проварите получившуюся смесь в кастрюльке на среднем огне.

Виноградный джем

Ингредиенты

200 г винограда, 100 г сахара

Приготовление

1. Вымойте виноград и отделите ягоды от веточек.
2. Положите виноград в загрузочный желоб мясорубки.
3. Перелейте полученный виноградный сок в кастрюльку, добавьте сахар и варите на медленном огне до загустения.

Джем готов, когда капелька джема не растекается в холодной воде.

Кетчуп

Ингредиенты

3 спелых томата, половинка луковицы среднего размера, 4 столовые ложки уксуса, 3 столовые ложки меда, 1 столовая ложка крахмала, соль по вкусу, 1 лавровый лист

Приготовление

1. Вымойте томаты и лук и положите их в загрузочный желоб соковыжималки. Смешайте одну ложку получившегося сока с крахмалом.
2. Остальной сок перелейте в кастрюльку, добавьте лавровый лист и варите на медленном огне до загустения.
3. Добавьте мед, уксус и соль по вкусу.
4. Влейте в смесь растворенный крахмал, доведите до кипения и выключите смесь.
5. Удалите лавровый лист, перелейте кетчуп в бутылку и поставьте в холодильник.

Кетчуп можно хранить в холодильнике в течение месяца.

Макаронные изделия

Макаронные изделия занимают значительное место в большинстве кулинарных традиций мира от Италии до Японии. Вермишель, лапша, спагетти, тальятелли, – какой бы формы ни были макароны, они любимы и взрослыми, и детьми. Почему же макароны столь популярны? Во-первых, они доступны, ведь их главным ингредиентом является мука — пшеничная, гречневая, рисовая или другая – в зависимости от региона. Также благодаря мучной основе макароны являются отличным источником энергии: легкоусвояемым и, в то же время, с низким содержанием жиров. Кроме того, макароны быстро и просто готовятся, а также являются универсальной основой для полноценных блюд. Используйте **el'master** для приготовления спагетти и вермишели прямо у себя дома и вы всегда будете уверены, что макароны в рационе вашей семьи состоят только из натуральных ингредиентов. А различные сорта муки и оригинальные соусы сделают ваше домашнее меню ресторанным!

Домашняя лапша

Ингредиенты: 2 стакана муки, 2 яйца, 30 г зеленого лука, 20 г паприки, 1 столовая ложка растительного масла (оливкового), соль.

Приготовление

1. В миске соедините муку, масло, соль, яйца. Вымесите тесто.
2. Заверните тесто в пленку, дайте постоять 50 минут в сухом прохладном месте.
3. Пропустите тесто через мясорубку, используя насадку для приготовления лапши.
4. Немного просушите готовый продукт.
5. Отварите лапшу в подсоленной воде, украсьте нашинкованным зеленым луком и паприкой.

Домашние спагетти с соусом из свинины

Ингредиенты: 2 стакана муки, 2 яйца, 1 столовая ложка растительного масла (оливкового), 300 г свинины (шейная часть), 3 зубчика чеснока, 2 столовые ложки соевого соуса, соль, перец.

Приготовление

1. В миске соедините муку, масло, соль, яйца. Вымесите тесто.
2. Заверните тесто в пленку, дайте постоять 50 минут в сухом прохладном месте.
3. Пропустите тесто через мясорубку, используя насадку для приготовления спагетти.
4. Немного просушите готовый продукт и отварите его в подсоленной воде.
5. Нарежьте свинину и чеснок мелкими кусочками, потушите на сковородке с добавлением соевого соуса в течение 40 минут.
6. Добавьте зелень и специи по вкусу, заправьте спагетти готовым мясным соусом.

Домашние спагетти из ржаной муки

Ингредиенты: 3 стакана ржаной муки (1 сорт), 3 яйца, 100 г свежих овощей (капуста, морковь, зеленый лук, перец), 2 столовые ложки сливочного масла, соль.

Приготовление

1. В миске соедините муку, соль, яйца. Вымесите тесто.
2. Заверните тесто в пленку, дайте постоять 30 минут в сухом прохладном месте.
3. Пропустите тесто через мясорубку, используя насадку для приготовления спагетти.
4. Немного просушите готовый продукт.
5. Отварите спагетти в подсоленной воде, затем обжарьте на сливочном масле и украсьте мелко нашинкованными овощами.

Мороженое

Свежие фрукты, формочки для мороженого и фантазия – это все, что Вам нужно, чтобы приготовить вкусные и полезные десерты для всей семьи. Десерты, приготовленные в домашних условиях, не содержат консервантов, красителей, искусственных ароматизаторов, поэтому они не только полезны и вкусны, но и безопасны даже для маленьких детей. По своим питательным свойствам домашние десерты намного превосходят готовые кондитерские изделия, имеющиеся в продаже. Кроме того, Вы можете варьировать рецепты, в зависимости от личных вкусовых предпочтений, а также экономить бюджет семьи, используя сезонные ягоды и фрукты. **el'master** предоставляет выбор, ограниченный только Вашей фантазией.

Фруктовый лед

Этот фруктовый лед приготовлен на основе только натуральных фруктовых соков без консервантов и пищевых добавок.
Лучший выбор для приготовления фруктового льда: дыни, апельсины, ананасы, клубника, яблоки
Ингредиенты: фрукты, сгущенное молоко

Приготовление

1. Почистите фрукты и порежьте их на кусочки.
2. Положите подготовленные фрукты в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Смешайте полученный сок со сгущенным молоком (1 столовая ложка сгущенного молока на 100 мл сока), разлейте в формочки и поставьте в морозильную камеру.

В продаже имеется большой выбор формочек для мороженого. Вы можете также использовать для этих целей бумажную или пластиковую одноразовую посуду.

Мягкое мороженое

Гармоничное сочетание сладких фруктов и молока обладает нежным и естественным вкусом. Лучший выбор для приготовления мягкого мороженого: дыни, груши, яблоки, клубника
Ингредиенты: 300 мл яблочного сока, 4 столовые ложки сухого обезжиренного молока, 2 столовые ложки сгущенного молока.

Приготовление

1. Вымойте яблоки и нарежьте их дольками.
2. Положите подготовленные яблоки в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Растворите сухое молоко в небольшом количестве полученного сока, затем добавь- те сгущенное молоко и тщательно перемешайте.
4. Смешайте с остальным соком.
5. Положите получившуюся смесь в контейнер для замораживания.
6. Поставьте контейнер в морозильную камеру. Перемешивайте замерзающее мороженое каждые 1-2 часа до полного замораживания.

Сухое обезжиренное молоко придаст домашнему мороженому привычный вкус мороженого, произведенного промышленным способом. Использование обезжиренного молока снижает калорийность мороженого.

Шербет

Шербеты делаются на основе замороженного фруктового сока без добавления молока. Шербеты обладают натуральным вкусом фруктов, прекрасно освежают и тонизируют.
Лучший выбор для приготовления шербетов: арбузы, груши, виноград, дыни
Ингредиенты: фрукты, мед.

Приготовление

1. Почистите фрукты и порежьте их на кусочки.
2. Положите подготовленные фрукты в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Смешайте сок с медом и тщательно перемешайте (1 столовая ложка меда на 100 мл сока).
4. Перелейте сок в контейнер для замораживания и поставьте в морозильную камеру на 3-4 часа, чтобы сок не замерз до состояния льда. Затем извлеките контейнер и ложкой соскребите не до конца замерзший сок в кремянку. Украсьте шербет кусочками фруктов.

Натуральный замерзший сок может казаться недостаточно сладким. Поэтому добавляйте мед до замораживания шербета.

Мороженое из йогурта

Фруктовое мороженое с добавлением йогурта имеет легкий вкус и нежную консистенцию.
Ингредиенты: 300 мл ананасового сока, 1 баночка йогурта, 3 столовые ложки сгущенного молока.

Приготовление

1. Срежьте с ананаса кожуру и удалите твердую сердцевину.
2. Разрежьте ананас на кусочки и положите в загрузочный желоб соковыжималки.
3. Тщательно смешайте сок с йогуртом, сгущенным молоком и поместите в контейнер для замораживания.
4. Поставьте контейнер в морозильную камеру. Перемешивайте замерзающее мороженое каждые 1-2 часа до полного замораживания.

Фрукты, которые имеют кислый вкус, такие как апельсины и ананасы, лучше сочетаются с обычным йогуртом, чем с обезжиренным молоком или сливками.

Классическое мороженое

Традиционное мороженое из фруктового сока с добавлением яиц и сливок – питательный и полезный десерт, любимое лакомство детей и взрослых. Лучший выбор для приготовления классического мороженого: клубника, виноград, апельсины, ананасы, яблоки
Ингредиенты: 300 мл клубничного сока, 5 столовых ложек сухого обезжиренного молока, 3 столовые ложки сгущенного молока, 1 яичный желток, 100 мл сливок.

Приготовление

1. Вымойте клубнику и приготовьте клубничный сок.
2. Смешайте сухое обезжиренное молоко, сгущенное молоко и яичный желток с соком.
3. Поместите смесь в кастрюльку и доведите до кипения на слабом огне, постоянно помешивая, затем охладите. Взбейте сливки в крепкую пену.
4. Влейте приготовленную охлажденную смесь в сливки и тщательно перемешайте.
5. Поместите смесь в контейнер для замораживания и поставьте в морозильную камеру. Перемешивайте замерзающее мороженое каждые 1-2 часа до полного замораживания.

Специальный бытовой прибор (мороженица) упрощает приготовление мороженого в домашних условиях.

element постоянно заботится о вашем здоровье и времени

Откройте новые грани вкуса с индукционной мультиваркой **el'chef** и ваши блюда станут настоящими шедеврами кулинарного искусства – быстро, вкусно и полезно!

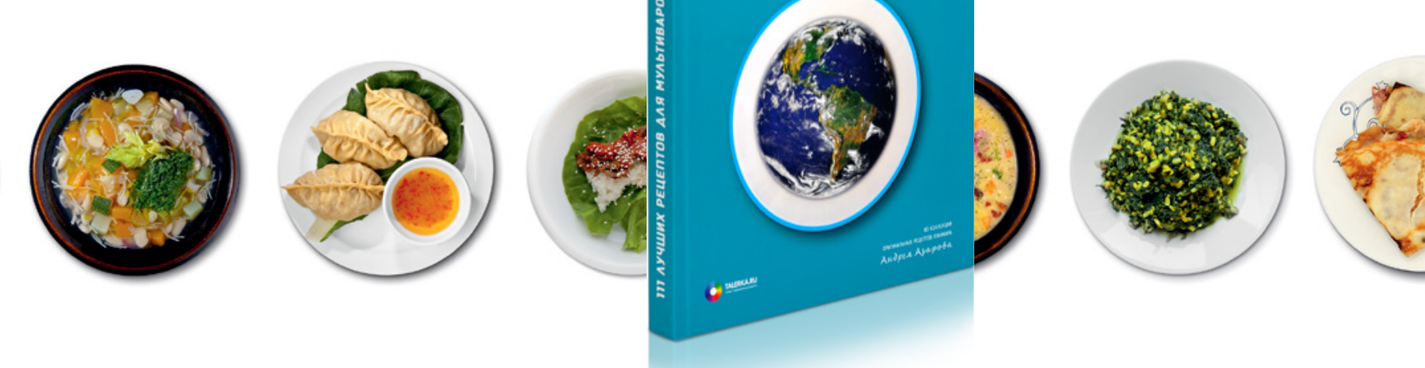
Индукционная мультиварка **el'chef** с давлением готовит быстро, сохраняя и обогащая вкусовые качества блюд. В распоряжении хозяйки 15 программ приготовления и режим «шеф-повар», в котором можно вручную изменять температуру и время. «Голосовой помощник» сопровождает на каждом этапе приготовления. **el'chef** имеет толстую девятислойную чашу с сверхпрочным алмазным напылением и оснащен чувствительной сенсорной панелью управления. Мультиварка **element** – это Ваш персональный гуру кулинарного искусства!

мультиварка el'chef [FWA01PB]

Приятным дополнением к мультиварке **el'chef** станут

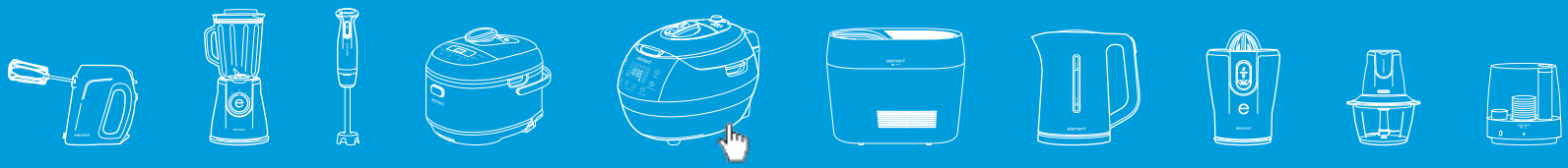
«**111 лучших рецептов для мультиварок со всего мира**»!

Эта книга содержит исчерпывающий набор рецептов, адаптированных специально для ТЭНовых мультиварок и индукционных мультиварок, работающих под давлением, с указанием времени приготовления. Здесь вы найдете проверенные рецепты блюд со всего мира: от традиционной русской кухни до экзотики Марокко!



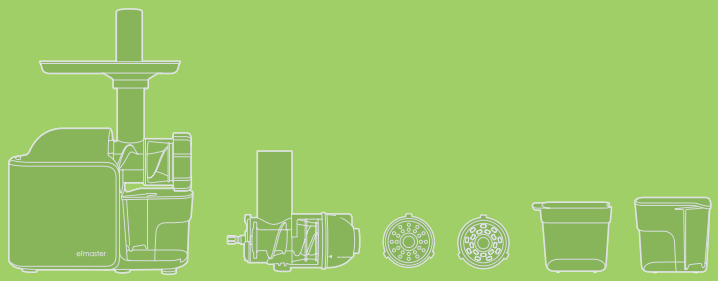
книга содержит ссылки на видео-версии рецептов

el'chef



www.elllement.ru

www.elllllement.ru



el'master