



# RICETTE ULTRABLEND COOK



**SOUP**



## Zuppa di funghi prataioli con quenelle di formaggio di capra e nocciole tostate

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 20 min – Tempo di cottura: 30 min**

500 g di funghi prataioli bianchi (champignon)

1 patata

Uno spicchio d'aglio

1 rametto di timo

100 ml di panna liquida

500 ml di acqua

1 dado da brodo di pollo

100 g di formaggio di capra fresco

15 g di uva sultanina bianca

Un pizzico di paprika

Una manciata di nocciole sgusciate

Sale e pepe

- 1 Pelare i funghi e la patata. Tagliarli a cubetti. Sbucciare lo spicchio d'aglio e tagliarlo a metà.
- 2 Mettere nel frullatore le patate, i funghi e l'aglio. Aggiungere le foglioline di timo, il dado da brodo, il pepe ed un pizzico di sale. Aggiungere l'acqua e selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Tritare grossolanamente le nocciole. Scaldare una padella (senza olio) e tostare le nocciole. Mettere da parte. Tritare l'uva sultanina. Mischiare in un recipiente il formaggio di capra, l'uvetta ed un pizzico di paprika. Aggiungere sale e pepe e mettere in frigorifero.
- 4 Una volta terminato il programma, versare la panna liquida nel frullatore dall'apertura e premere il pulsante Pulse per un certo numero di secondi. Versare la zuppa nelle ciotole. Utilizzando due cucchiaini identici, formare delle quenelle con il formaggio di capra e guarnire con esse la zuppa. Cospargere con le nocciole tostate.

I nostri consigli

Prima di servire, aggiungere un filo d'olio al tartufo.





## Zuppa di zucca con pepite di castagna e chips di Chorizo

### Programma Soup

**6 porzioni - Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 35 min**

500 g di zucca  
1 patata  
1 scalogno  
1 gambo di sedano  
600 ml di acqua  
1 dado da brodo vegetale  
300 g di castagne precotte e spellate  
50 g di chorizo a fette  
1 noce di burro  
Sale e pepe

- 1 Tagliare la zucca a metà e rimuovere i semi e la buccia. Tagliare la polpa a pezzetti. Sbucciare la patata e tagliarla a pezzettini. Lavare il gambo di sedano e affettarlo finemente. Sbucciare lo scalogno e tagliarlo a metà.
- 2 Mettere nel frullatore la zucca, la patata, il sedano, lo scalogno e il dado da brodo. Aggiungere un pizzico di sale e un po' di pepe, quindi versare l'acqua. Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Sciogliere il burro in una padella. Aggiungere le castagne e abbrustolirle per circa dieci minuti, rimestando regolarmente. Quando le castagne hanno assunto un colore dorato, toglierle dal fuoco e metterle su un tagliere. Tritarle grossolanamente con un coltello.
- 4 Porre le fette di chorizo in una teglia foderata di carta da forno e metterle diversi minuti sotto il grill, sorvegliando regolarmente.
- 5 Una volta terminato il programma, versare la zuppa nelle ciotole. Guarnire con le castagne spezzettate e con qualche fetta di chorizo passato in forno. Servire immediatamente.

I nostri consigli

Provare a preparare questa zuppa con vari tipi di zucca.





## Zuppa vellutata di piselli alla mousse di timo

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 30 min**

700 g di piselli surgelati o freschi (sgusciati)

650 ml di acqua

1 dado da brodo di pollo

Uno spicchio d'aglio

1/2 cipolla gialla

Un cucchiaino di olio d'oliva

200 ml di latte di mandorla

3 rametti di timo

Sale e pepe

- 1 Sbucciare e tritare l'aglio e la cipolla.
- 2 Mettere nel frullatore i piselli, l'aglio, la cipolla e il dado da brodo di pollo. Aggiungere l'acqua e l'olio d'oliva. Aggiungere sale e pepe. Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, tenere la zuppa in caldo. Lavare il frullatore.
- 3 Versare il latte di mandorla nel frullatore. Aggiungere il timo, il sale e il pepe. Premere il pulsante Heat, quindi regolare la temperatura a 70°C per 5 minuti. Una volta terminato il programma, premere il pulsante Blend ed impostare la velocità su H ed il tempo a 2 minuti.
- 4 Versare la zuppa nelle ciotole. Con un cucchiaino, raccogliere una pallina di mousse di latte di mandorla e porla delicatamente sulla superficie della zuppa.

### I nostri consigli

Servire la zuppa con pancetta affumicata saltata tritata grossolanamente. Provare ad utilizzare latte di mandorla fatto in casa (preparandolo con la ricetta del latte di mandorla).



## Zuppa vellutata alla zuccina patissonsone e alla nocciola con chips di parmigiano

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 20 min – Tempo di cottura: 30 min**

1 zuccina patissonsone di circa 1 kg  
600 ml di acqua  
1 dado da brodo di pollo  
Un pizzico di noce moscata macinata  
6 rametti di prezzemolo  
1 scalogno  
50 g di parmigiano grattugiato  
Sale e pepe

- 1 Tagliare la zuccina patissonsone in quattro e sbucciarla. Togliere i semi e tagliare a pezzi la polpa. Sbucciare lo scalogno e tagliarlo a metà. Lavare il prezzemolo e togliere le foglie dai rametti.
- 2 Mettere nel frullatore lo scalogno, il dado da brodo e la zuccina patissonsone. Aggiungere l'acqua. Aggiungere la noce moscata, il prezzemolo, il sale e il pepe. Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Preriscaldare il forno a 210°C. Foderare di carta da forno una teglia e distribuire dei mucchietti di parmigiano nella teglia. Cuocere per circa 5 minuti o finché i mucchietti di parmigiano non risultano appiattiti e dorati.

### I nostri consigli

Subito prima di servire la zuppa, condirla con un filo d'olio di colza biologico.

## Zuppa vellutata di piselli spezzati, topinambur e eglefino

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 20 min – Tempo di cottura: 42 min**

500 g di topinambur  
150 g di piselli spezzati  
700 ml di acqua  
1 dado da brodo di pollo  
1 cipolla  
1 carota  
50 ml di panna liquida  
150 g di eglefino affumicato  
Pepe  
Qualche rametto di cerfoglio fresco

- 1 Sbucciare i topinambur, la carota e la cipolla. Tagliare a pezzetti e lavare le verdure. Sciacquare i piselli spezzati.
- 2 Mettere nel frullatore i piselli spezzati, il topinambur, la carota, la cipolla, il dado da brodo di pollo e l'acqua. Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Nel frattempo, cuocere al vapore il filetto di eglefino per 12 minuti. Lasciarlo raffreddare, quindi fare a pezzetti la carne e togliere le spine.
- 4 Una volta terminato il programma, aggiungere la panna liquida nel frullatore attraverso l'apertura. Premere il pulsante Pulse per alcuni secondi.
- 5 Versare la zuppa nelle scodelle ed aggiungere i pezzetti di eglefino. Aggiungere il pepe e decorare con il cerfoglio fresco.

I nostri consigli

Al posto dell'eglefino, utilizzare salmone affumicato.



## Vellutata di cavolfiore e lenticchie rosse

### Programma Soup

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 15 min – Tempo di cottura: 30 min**

500 g di cavolfiore  
80 g di lenticchie rosse  
1 scalogno  
700 ml di acqua  
1 dado da brodo vegetale  
Qualche rametto di coriandolo fresco  
3 cucchiai di semi di sesamo  
10 ravanelli  
2 cucchiari di olio di sesamo  
Sale e pepe

- 1 Togliere le foglie e il gambo del cavolfiore. Tagliare la testa a cimette e lavarle. Sbucciare lo scalogno e tagliarlo in quattro pezzi. Sciacquare le lenticchie tre volte in acqua fredda.
- 2 Mettere nel frullatore il cavolfiore, lo scalogno e le lenticchie. Aggiungere il dado da brodo e l'acqua. Aggiungere un pizzico di pepe. Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Scaldare una padella senza olio e tostare i semi di sesamo. Mettere da parte. Lavare i ravanelli e affettarli sottilmente. Mettere in una coppetta i ravanelli, i semi di sesamo e l'olio di colza. Aggiungere sale e pepe.
- 4 Una volta terminato il programma, versare la zuppa nelle scodelle e cospargere con i ravanelli ed i semi di sesamo.

I nostri consigli

Aggiungere striscioline di trota affumicata subito prima di servire.





## Zuppa di zucca, carote e Cheddar

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 15 min – Tempo di cottura: 30 min**

1 zucca di circa 700 g  
5 carote  
1/2 cipolla gialla  
Un pizzico di noce moscata  
600 ml di acqua  
1 dado da brodo di pollo  
1 cucchiaino di senape in grani  
100 g di formaggio Cheddar  
Sale e pepe

- 1 Tagliare la zucca in quattro, eliminare i semi e togliere la buccia. Tagliare la polpa a pezzetti. Sbucciare e affettare le carote. Sbucciare la cipolla e tagliarla a pezzetti.
- 2 Mettere nel frullatore le carote, la zucca e la cipolla. Aggiungere la noce moscata, il sale, il pepe ed il dado da brodo. Aggiungere l'acqua e selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, tagliare a pezzetti il cheddar. Aprire il frullatore e aggiungere il formaggio e la senape. Premere il pulsante Blend ed impostare un tempo di 1 minuto. Premere il pulsante Start/Stop. Versare la zuppa nelle ciotole e servire.

### I nostri consigli

Tostare i semi di zucca in una padella bollente (non unta) e utilizzarli per decorare la zuppa.

## Zuppa di indivia belga ai tartufi

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 30 min**

3 grosse indivie (o 4 piccole)  
1 patata  
2 scalogni  
2 cucchiaini di zucchero grezzo  
600 ml di acqua  
1 dado da brodo di pollo  
Sale marino  
Pepe  
1 piccolo tartufo  
1 rametto di rosmarino

- 1 Se le foglie esterne delle indivie appaiono danneggiate, toglierle. Affettare sottilmente le indivie, togliendo i pezzetti di gambo. Sbucciare la patata e tagliarla a pezzettini. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a metà.
- 2 Mettere nel frullatore le patate, gli scalogni e le indivie. Aggiungere il dado da brodo, le foglie di rosmarino e lo zucchero grezzo. Aggiungere l'acqua, il sale e il pepe.
- 3 Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 4 Affettare sottilmente il tartufo con un affetta tartufi. Una volta terminato il programma, versare la zuppa di indivia nelle ciotole e guarnire con scaglie di tartufo. Aggiungere sale marino e pepe. Servire immediatamente.

I nostri consigli

Subito prima di servire, aggiungere un filo d'olio di nocciola.



## Zuppa di carote, citronella e cocco con capesante saltate

### Programma Soup

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 20 min – Tempo di cottura: 32 min**

600 g di carote  
2 cm di radice di zenzero  
1/2 gambo di citronella  
200 ml di latte di cocco  
Uno spicchio d'aglio  
400 ml di acqua  
1 dado da brodo vegetale  
9 capesante  
Olio d'oliva  
Sale e pepe

- 1 Pelare e lavare le carote. Tagliarle a tocchetti. Sbucciare lo spicchio d'aglio e tagliarlo a metà. Sbucciare lo zenzero e tritarlo grossolanamente, insieme alla citronella.
- 2 Mettere nel frullatore le carote, l'aglio, lo zenzero e la citronella. Aggiungere il dado da brodo vegetale, il latte di cocco e l'acqua. Aggiungere il pepe ed un pizzico di sale. Selezionare il programma Soup, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, tenere la zuppa al caldo. Tagliare le capesante a metà in senso orizzontale. Scaldare un filo d'olio d'oliva in una padella e rosolare le capesante a calore intenso per 1 minuto da ciascun lato.
- 4 Porre 3 mezza capesante in ciascuna scodella e ricoprire con la zuppa di carote.

### I nostri consigli

Per una versione vegetariana, utilizzare tofu affumicato al posto delle capesante.





**COMPOTE**



## Dip alle zucchine con coriandolo

### Programma Compote

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

2 zucchine  
3 cucchiaini di olio d'oliva  
Uno spicchio d'aglio  
1 mazzetto di coriandolo  
40 ml di acqua  
Sale e pepe

- 1 Sbucciare lo spicchio d'aglio e tagliarlo a metà. Lavare le zucchine, tagliarne le estremità e tagliare le zucchine a pezzetti.
- 2 Mettere le zucchine, l'aglio e l'acqua nel frullatore. Selezionare il programma Compote, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, aggiungere le foglioline di coriandolo e l'olio d'oliva attraverso l'apertura. Premere il pulsante Pulse per qualche secondo.
- 4 Versare l'intingolo preparato in una coppetta e lasciar raffreddare per almeno 3 ore.

I nostri consigli

Servire l'intingolo con bastoncini di carote, ravanelli e pomodori ciliegini.

## Caviale di melanzane con yogurt e limoni canditi

### Programma Compote

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

2 melanzane  
Uno spicchio d'aglio  
1/3 di tazza di formaggio fresco al naturale  
1/4 di limone candito  
30 ml di acqua  
5 cucchiaini di olio d'oliva  
1 cucchiaino raso di cumino macinato  
Sale e pepe

- 1 Sbucciare le melanzane e tagliarle a dadini. Sbucciare lo spicchio d'aglio. Tritare finemente il limone candito.
- 2 Mettere nel frullatore l'acqua e 3 cucchiaini di olio d'oliva. Aggiungere le melanzane ed il limone candito. Selezionare il programma Compote, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare il miscuglio in una coppa. Incorporare il formaggio fresco, il cumino ed i due rimanenti cucchiaini di olio d'oliva. Sale e pepe a piacere, quindi mescolare. Tenere al fresco.

### I nostri consigli

Servire in bicchierini. Mettere una cucchiainata di caviale di melanzane sul fondo di ciascun bicchierino e ricoprire di feta sbriciolata, qualche fogliolina di rucola ed una spruzzata di olio d'oliva.



## Composta di albicocche alla vaniglia

### Compote Programme

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 20 min – Tempo di riposo: 15 min**

700 g di albicocche  
60 g di zucchero grezzo  
2 baccelli di vaniglia  
50 ml di acqua  
1 cucchiaino di sciroppo di agave  
50 g di semi di sesamo  
25 g di noce di cocco grattugiata  
60 g di zucchero

- 1 Lavare le albicocche, aprirle a metà e togliere il nocciolo. Tagliarle a pezzettini e metterli in una coppa. Tagliare verticalmente i baccelli di vaniglia e grattare i semini. Aggiungerli alle albicocche a pezzetti e allo zucchero grezzo. Mescolare e lasciar insaporire 15 minuti.
- 2 Versare nel frullatore l'acqua e lo sciroppo di agave, quindi aggiungere le albicocche. Selezionare il programma Compote, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare la composta di albicocche in un recipiente e mettere in fresco.
- 3 Mischiare i semi di sesamo, la noce di cocco grattugiata e lo zucchero. Scaldare un'ampia padella e versarvi il miscuglio con i semi di sesamo. Lasciar caramellare per circa 5 minuti, rimestando, quindi versare su carta da forno. Lasciar raffreddare, quindi spezzare il miscuglio in pezzi grossi. Servire i semi di sesamo caramellati con la composta.

I nostri consigli

Subito prima di servire, aggiungere mirtilli freschi alla composta.



## Composta croccante alle ciliegie, pere e mandorle

### Programma Compote

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 18 min**

2 pere  
350 g di ciliegie  
2 cucchiaini di zucchero  
2 gocce di estratto di vaniglia  
20 ml di acqua  
70 g di mandorle  
3 cucchiai di zucchero grezzo

- 1 Sbucciare le pere, togliere il torsolo e tagliarle a pezzetti. Lavare le ciliegie, togliere i piccioli e snocciolarle.
- 2 Mettere nel frullatore l'acqua, le ciliegie, le pere, lo zucchero e l'estratto di vaniglia. Selezionare il programma Compote, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare la composta in una coppa e mettere in fresco.
- 4 Con un coltello, tritare grossolanamente le mandorle. Scaldare una padella antiaderente e tostare le mandorle. Dopo due minuti, versare lo zucchero grezzo sulle mandorle e farlo caramellare rimestando continuamente. Versare le mandorle caramellate su un foglio di carta da forno e lasciarle raffreddare.
- 5 Servire la composta con le mandorle caramellate.

I nostri consigli

Al posto delle mandorle, provare con pistacchi, noci o altra frutta a guscio caramellata.





## Hummus di fave e semi di mostarda

### Programma Compote

**8 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

400 g di fave surgelate sbucciate  
100 ml di acqua  
Uno spicchio d'aglio  
3 cucchiaini di succo di limone  
6 cucchiaini di olio d'oliva  
1 cucchiaino di semi di mostarda  
Un pizzico di cumino  
Sale e pepe

- 1 Sbucciare lo spicchio d'aglio e tagliarlo a metà.
- 2 Mettere nel frullatore l'acqua, l'aglio, le fave e metà dell'olio d'oliva. Selezionare il programma Compote, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, aggiungere il succo di limone, il resto dell'olio d'oliva, il cumino ed i semi di mostarda. Aggiungere sale e pepe, quindi premere il pulsante Pulse per 20 secondi.
- 4 Versare l'hummus in una coppetta e tenerlo al fresco.

I nostri consigli

È possibile preparare la ricetta utilizzando fagioli cannellini invece che fave.



## Composta di mele al miele di lavanda

### Programma Compote

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

4 mele

Un cucchiaio di succo di limone

3 cucchiaini di miele di lavanda

1 cucchiaino di estratto di vaniglia

70 ml di acqua

- 1 Sbucciare le mele, togliere il torsolo e tagliarle a pezzetti.
- 2 Versare l'acqua nel frullatore ed aggiungere il succo di limone e le mele. Selezionare il programma Compote, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, aggiungere il miele di lavanda attraverso l'apertura e premere per diversi secondi il pulsante Pulse. Servire molto freddo.

I nostri consigli

Utilizzare sciroppo di agave al posto del miele di lavanda.



**COULIS**



## Coulis al caramello con zucchero di cocco e sale marino

### Programma Coulis

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

200 ml di latte di cocco  
4 cucchiaini di zucchero di cocco  
1 cucchiaino di olio di cocco  
2 pizzichi di sale marino

- 1 Versare il latte di cocco nel frullatore. Aggiungere l'olio di cocco, lo zucchero di cocco ed il sale marino.
- 2 Selezionare il programma Coulis, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare il coulis in un vasetto e mettere in fresco. Lasciar raffreddare almeno 2 ore prima di servire. Consumare entro i 5 giorni successivi.

I nostri consigli

Versare il coulis su mascarpone montato o su gelato alla vaniglia.

## Coulis al kiwi, alla vaniglia e allo zucchero di cocco

### Programma Coulis

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

500 g di kiwi

100 g di zucchero

Un pizzico di vaniglia in polvere

2 cucchiaini di zucchero di cocco

- 1 Sbucciare i kiwi e tagliarli a pezzetti.
- 2 Mettere nel frullatore i kiwi, lo zucchero e la vaniglia in polvere. Selezionare il programma Coulis, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare il coulis in un recipiente e metterlo in fresco.
- 3 Cospargere di zucchero di cocco prima di servire.

I nostri consigli

Servire il coulis sulla panna cotta o sul formaggio fresco.



## Coulis di pesca con verbena

### Programma Coulis

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

500 g di pesche gialle  
1 limone  
100 g di zucchero grezzo  
4 foglie di verbena fresca

- 1 Lavare e sbucciare le pesche. Togliere il nocciolo e tagliare a pezzi le pesche. Spremere il limone. Lavare le foglie di verbena e tritarle.
- 2 Versare il succo di limone nel frullatore. Aggiungere le pesche, le foglie di verbena e lo zucchero grezzo. Selezionare il programma Coulis, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare il coulis in un recipiente e mettere in fresco.

I nostri consigli

Aggiungere scaglie di mandorle tostate. Servire su fettine sottili di pesca.



## Coulis balsamico ai peperoni con salsina alle olive nere e basilico

### Programma Coulis

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

Per il coulis:

2 peperoni rossi

1/2 cipolla rossa

2 cucchiaini di olio d'oliva

2 cucchiaini di aceto balsamico

1 cucchiaino di zucchero

1 rametto di timo

Sale e pepe

1 pizzico di pepe di cayenna

Per la salsina alle olive:

Due cipollotti

150 g di olive nere con il nocciolo

10 foglie di basilico

3 cucchiaini di olio d'oliva

Un cucchiaino di succo di limone



- 1 Lavare i peperoni e togliere i semi. Tagliarli a dadini. Pelare e affettare la cipolla.
- 2 Mettere nel frullatore, la cipolla, il peperone, l'olio d'oliva, l'aceto e lo zucchero. Aggiungere il sale, il pepe e le foglioline di timo.
- 3 Selezionare il programma Coulis, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, aggiungere pepe di cayenna attraverso l'apertura, quindi premere per un certo numero di secondi il pulsante Pulse. Mettere da parte il coulis e lavare il frullatore.
- 4 Pelare i cipollotti e tagliarli a metà. Lavare le foglie di basilico. Mettere nel frullatore le olive, il basilico e i cipollotti tagliati a metà. Aggiungere olio d'oliva, succo di limone, sale e pepe. Premere il pulsante Pulse per un certo numero di secondi per tritare grossolanamente gli ingredienti. Servire il coulis con la salsina alle olive.

I nostri consigli

Servire il coulis su pesce azzurro cotto al vapore.

## Coulis alle fragole, al rabarbaro e al pepe del Sichuan

### Programma Coulis

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min – Tempo di riposo: 2 ore**

300 g di rabarbaro

200 g di fragole

120 g di zucchero

1 limone

1 cucchiaino di pepe del Sichuan

- 1 Sbucciare il rabarbaro e tagliarlo a pezzettini. Mettere il rabarbaro in una coppa e cospargerlo di zucchero. Mescolare e lasciare insaporire 15 minuti.
- 2 Lavare, mondare e tagliare a pezzetti le fragole. Spremere il limone. Mettere nel frullatore il succo di limone, il pepe del Sichuan, le fragole ed il rabarbaro. Selezionare il programma Coulis, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare il coulis in un recipiente e metterlo in frigorifero per almeno 2 ore.

I nostri consigli

Servire il coulis su sorbetto di limone.





**HOT SAUCE**

## Salsa indiana al curry

### Programma Hot Sauce

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

400 ml di latte di cocco

1 lime

2 spicchi d'aglio

2 cucchiaini di salsa di soia

1 cucchiaino di pasta di curry rossa

Un pizzico abbondante di curry in polvere

2 cucchiaini di olio d'oliva

1 cucchiaino di zucchero

1 cm di radice di zenzero

Sale e pepe

- 1 Lavare il lime, togliere la scorza e spremere. Mettere da parte. Sbucciare gli spicchi d'aglio e tagliarli a metà. Sbucciare lo zenzero e tritarlo.
- 2 Mettere nel frullatore il latte di cocco, l'olio d'oliva, 1 cucchiaino di succo di lime e la salsa di soia. Aggiungere l'aglio, lo zenzero, la scorza di lime, la pasta di curry rossa, il curry in polvere e lo zucchero. Aggiungere sale e pepe.
- 3 Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, mantenere in caldo la salsa.

I nostri consigli

Questa salsa è perfetta con gli spiedini di pollo, il riso o il pesce alla griglia.





## Salsa di arachidi

### Programma Hot Sauce

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

150 g di arachidi tostate salate  
2 spicchi d'aglio  
1 cm di radice di zenzero  
1 pizzico di pepe di cayenna  
Un pizzico di cumino macinato  
1 cucchiaino di zenzero macinato  
1 cucchiaino di coriandolo macinato  
1 cucchiaio di miele liquido  
250 ml di acqua  
Sale e pepe

- 1 Sbucciare gli spicchi d'aglio e lo zenzero.
- 2 Mettere nel frullatore le arachidi, lo zenzero e gli spicchi d'aglio. Aggiungere le spezie, il miele e l'acqua. Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, regolare di sale e pepe.

I nostri consigli

Servire la salsa con riso, pesce o spiedini di pollo.



## Salsa al cioccolato fondente e alle spezie

### Programma Hot Sauce

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

200 g di cioccolato fondente

100 ml di panna liquida

100 ml di latte

1 pizzico di pepe di cayenna

Un pizzico di cannella

Un pizzico di curcuma

- 1 Ridurre il cioccolato a pezzetti e metterne da parte la metà.
- 2 Mettere nel frullatore l'altra metà del cioccolato, il pepe di cayenna, la curcuma e la cannella. Aggiungere il latte e la panna liquida. Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, aggiungere la rimanente metà di cioccolato. Lasciar sciogliere per 2 minuti, quindi premere il pulsante Pulse per circa 10 secondi. Servire la salsa ancora calda.

I nostri consigli

Servire la salsa su sottili fette di pera o con le crêpe.



## Salsa di pomodoro

### Programma Hot Sauce

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

5 pomodori maturati sulla pianta  
1/2 cipolla  
2 spicchi d'aglio  
Un cucchiaino di aceto balsamico  
4 cucchiaini di olio d'oliva  
1 cucchiaino di concentrato di pomodoro  
2 cucchiaini di acqua  
1 cucchiaino di erbe di Provenza  
1 pizzico di paprika  
Sale e pepe

- 1 Lavare i pomodori e togliere i piccioli. Tagliarli a pezzettini. Sbucciare e tritare la cipolla e gli spicchi d'aglio.
- 2 Mettere nel frullatore l'aglio, la cipolla, il concentrato di pomodoro e i pomodori. Aggiungere l'aceto balsamico, l'olio e l'acqua. Aggiungere le erbe di Provenza, la paprika, il pepe ed un'abbondante presa di sale.
- 3 Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, mantenere la salsa al caldo.

I nostri consigli

Utilizzare questa salsa per condire la pasta o per preparare lasagne o salsa alla bolognese.



## Salsa calda tipo Béarnaise

### Programma Hot Sauce

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

2 scalogni  
2 rametti di dragoncello  
20 ml di aceto bianco distillato  
50 ml di vino bianco secco  
3 tuorli d'uovo  
120 g di burro  
Sale e pepe

- 1 Sbucciare gli scalogni e tagliarli in quattro pezzi. Mettere nel frullatore gli scalogni e metà del dragoncello. Aggiungere l'aceto e il vino bianco. Aggiungere i tuorli d'uovo ed il sale e pepe. Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 2 Sciogliere il burro in una padellina. Una volta terminato il programma, premere il pulsante Blend ed impostare la velocità 1 per 2 minuti. Mentre il frullatore è in funzione, versare il burro fuso attraverso l'apertura. Lasciare il frullatore in funzione finché non si avverte il segnale acustico. Per terminare, premere diversi secondi il pulsante Pulse per emulsionare bene la salsa.
- 3 Versare la salsa in una ciotola e servirla immediatamente, oppure mantenerla al caldo a bagnomaria.

### I nostri consigli

Cospargere con un pizzico di pepe di cayenna.  
Questa salsa è perfetta con l'aragosta alla griglia. È inoltre ottima con il pesce o con le grigliate di carne.



## Crema inglese alla cannella

### Programma Hot Sauce

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 15 min**

500 ml di latte parzialmente scremato

4 tuorli d'uovo

120 g di zucchero

1 cucchiaio raso di farina di mais

1 cucchiaino di cannella

Un pizzico di vaniglia in polvere

- 1 Versare il latte nel frullatore. Aggiungere i tuorli d'uovo, lo zucchero, la farina di mais, la vaniglia e la cannella.
- 2 Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare la crema inglese in una coppa e lasciarla raffreddare.
- 3 Metterla quindi in frigorifero. In frigorifero, si conserva per 3 giorni.

### I nostri consigli

La cannella è facoltativa. Al posto della cannella, si può aumentare leggermente la quantità di vaniglia.



**MULTIGRAIN  
MILK**

## Porridge ai mandarini

### Programma Multigrain Milk

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 15 min**

1 litro di latte parzialmente scremato  
160 g di fiocchi d'avena  
3 mandarini  
6 cucchiaini di sciroppo di agave  
2 banane  
Una manciata di semi di zucca  
Una manciata di mirtilli freschi

- 1 Versare il latte e i fiocchi d'avena nel frullatore. Aggiungere 3 cucchiaini di sciroppo di agave. Selezionare il programma Multigrain Milk, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 2 Una volta terminato il programma, sbucciare i mandarini e le banane. Sciacquare i mirtilli. Fare a pezzetti un mandarino e metterlo nel frullatore. Premere il pulsante Pulse per diversi secondi. Versare il miscuglio in ciotole.
- 3 Affettare la banana e disporla sulla superficie del porridge. Decorare con spicchi di mandarino, mirtilli e semi di zucca, quindi cospargere di sciroppo di agave.

I nostri consigli

Prima di servire, spargere un po' di cacao sul porridge.





## Latte di nocciola e noce di acagiù

### Programma Multigrain Milk

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 20 min**

1 litro di acqua di fonte  
60 g di nocciole  
60 g di noci di acagiù non salate  
1 cucchiaio di miele d'acacia  
Un pizzico di vaniglia in polvere

- 1 Versare l'acqua nel frullatore ed aggiungere le noci di acagiù e le nocciole. Selezionare il programma Multigrain Milk, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 2 Una volta terminato il programma, filtrare il latte se necessario. Aggiungere la vaniglia in polvere e il miele d'acacia. Premere il pulsante Pulse per qualche secondo.
- 3 Versare il latte in una caraffa e coprirlo. In frigorifero, il latte si conserva per 4 giorni. Agitare prima di servire.

I nostri consigli

Utilizzare sciroppo di agave al posto del miele.



## Crema di latte d'avena alla vaniglia

### Programma Multigrain Milk

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 20 min – Tempo di riposo: 3 ore**

200 ml di latte d'avena  
200 ml di latte di cocco  
2 tuorli d'uovo  
60 g di zucchero  
1/2 cucchiaino di agar-agar  
2 cucchiari di noce di cocco grattugiata

- 1 Versare nel frullatore il latte d'avena e il latte di cocco. Aggiungere lo zucchero e i tuorli d'uovo. Selezionare il programma Multigrain Milk, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 2 Una volta terminato il programma, aggiungere l'agar-agar e premere il pulsante Blend, impostando la velocità 9 per 1 minuto.
- 3 Versare la mousse in coppette e mettere in frigorifero per almeno 3 ore prima di servire. Cospargere di noce di cocco grattugiata prima di servire.

I nostri consigli

Invece del latte d'avena, utilizzare latte di mandorla o latte intero.



## Latte di riso

### Programma Multigrain Milk

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 20 min**

1,2 litri di acqua di fonte

40 g di riso

- 1 Porre il riso in un setaccio e sciacquarlo almeno due volte in acqua fredda. Mettere il riso nel frullatore e aggiungere l'acqua.
- 2 Selezionare il programma Multigrain Milk, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare il latte in una caraffa e mettere in fresco.

### I nostri consigli

Il latte di riso fatto in casa è ideale per preparare la pasta per dolci e crêpe. Aggiungere eventualmente un pizzico di vaniglia in polvere.



## Latte di mandorla

### Programma Multigrain Milk

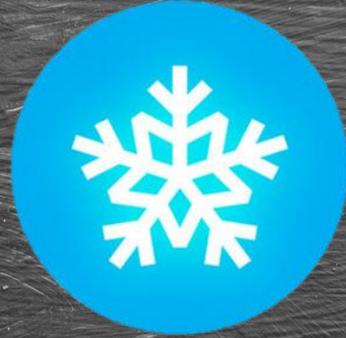
**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 20 min**

1 litro di acqua di fonte  
100 g di mandorle spellate  
1 cucchiaino di miele d'acacia (facoltativo)

1. Porre le mandorle ed eventualmente il miele nel frullatore. Aggiungere l'acqua.
2. Selezionare il programma Multigrain Milk, quindi premere il pulsante Start/Stop.
3. Una volta terminato il programma, versare il latte in una caraffa e mettere in fresco.

### I nostri consigli

Quando si preparano dolci, utilizzare il latte di mandorla al posto del latte vaccino.



**MILKSHAKE**



## Frullato al latte di nocciola, alla banana, allo sciroppo di agave e alla cannella

### Programma Milkshake

**4 porzioni - Tempo di preparazione: 5 min**

400 ml di latte di nocciola  
3 palline di gelato alla vaniglia  
2 banane  
1/2 cucchiaino di cannella macinata  
3 cucchiari di sciroppo di acero  
4 cubetti di ghiaccio

- 1 Sbucciare le banane e tagliarle a pezzetti.
- 2 Versare il latte di nocciola nel frullatore. Aggiungere i cubetti di ghiaccio, i pezzetti di banana, la cannella e lo sciroppo di acero.
- 3 Selezionare il programma Milkshake, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare nei bicchieri e servire immediatamente.

### I nostri consigli

Provare ad utilizzare latte di nocciola fatto in casa! (Utilizzare la ricetta del Latte di mandorla e sostituire le mandorle con nocciole).



## Frullato al cioccolato e alla banana

### Programma Milkshake

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min**

400 ml di latte intero

3 palline di gelato al cioccolato

1 banana

Un pizzico di vaniglia in polvere

2 cucchiaini di zucchero d'acero

- 1 Sbucciare la banana e tagliarla a pezzettini.
- 2 Mettere nel frullatore la banana, il gelato al cioccolato e il latte. Aggiungere la vaniglia in polvere. Selezionare il programma Milkshake, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Versare il frullato nei bicchieri e cospargere di zucchero d'acero. Servire immediatamente.

I nostri consigli

Lo zucchero d'acero si acquista nei negozi di prodotti alimentari biologici. Se non si riesce a trovarlo, utilizzare zucchero grezzo.



## Frullato al limone

**Programma Milkshake/Programma Hot Sauce (per la crema di limone)**

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 15 min – Tempo di cottura: 15 min – Tempo di riposo: 1 ora**

2 limoni  
1 uovo intero  
1 tuorlo  
60 g di zucchero  
70 g di burro  
3 palline di yogurt gelato  
400 ml di latte intero  
2 cucchiai di sciroppo di agave  
Panna montata  
Confettini

- 1 Togliere la scorza dai limoni e spremerli. Mettere nel frullatore il succo di limone, la scorza, lo zucchero, l'uovo intero, il tuorlo e il burro. Selezionare il programma Hot Sauce, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 2 Una volta terminato il programma, versare la crema di limone in una coppa e lasciarla raffreddare.
- 3 Mettere ora nel frullatore 3 cucchiaini di crema di limone, lo yogurt gelato, il latte e lo sciroppo di agave. Selezionare il programma Milkshake, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 4 Versare il frullato nei bicchieri (devono essere grandi) e decorare con panna montata. Guarnire con confettini e servire immediatamente.

I nostri consigli

È possibile utilizzare la crema di limone per preparare la torta al limone meringata.

## Frullato dolce alle fragole

### Programma Milkshake

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di riposo: 3 ore**

400 ml di latte di mandorla  
2 palline di gelato alla vaniglia  
200 g di fragole  
1 banana

- 1 Versare metà del latte di mandorla in vaschette per il ghiaccio e mettere in freezer per almeno 3 ore.
- 2 Lavare e mondare le fragole. Se sono grosse, tagliarle a pezzetti. Sbucciare la banana e affettarla. Mettere nel frullatore i cubetti di latte di mandorla ghiacciato, il gelato alla vaniglia, le fragole, la banana ed il rimanente latte di mandorla.
- 3 Selezionare il programma Milkshake, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare il frullato nei bicchieri (grandi) e servirlo immediatamente.

### I nostri consigli

Se le fragole non sono di stagione, utilizzare lamponi surgelati e saltare il punto 1 (la preparazione dei cubetti di latte di mandorla ghiacciato). Preparare la ricetta con latte di mandorla fatto in casa (utilizzando la ricetta del latte di mandorla).





**ICE CRUSH**



## Lassi al mango e ai semi di chia

### Programma Ice Crush

**4 porzioni - Tempo di preparazione: 10 min.**

1 grosso mango  
2 cucchiaini di semi di chia  
500 ml di yogurt al naturale  
200 ml di latte  
2 cucchiari di zucchero di canna  
2 cubetti di ghiaccio

- 1 Sbucciare il mango e tagliare la polpa fino al nocciolo.
- 2 Mettere nel frullatore il mango, i semi di chia, lo yogurt e lo zucchero. Aggiungere il latte e i cubetti di ghiaccio.
- 3 Selezionare il programma Ice Crush programme, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare il lassi nei bicchieri e servirlo immediatamente.

### I nostri consigli

Cospargere il lassi di pan masala, un miscuglio indiano di semi e noci che favorisce la digestione.



## Piña Colada

### Programma Ice Crush

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min**

250 g di ananas al giusto punto di maturazione

250 ml di latte di cocco

2 cucchiaini di miele

200 ml di succo d'arancia

5 cubetti di ghiaccio

1 cucchiaio di zucchero grezzo

- 1 Sbucciare e tagliare a pezzi l'ananas.
- 2 Mettere nel frullatore l'ananas, i cubetti di ghiaccio e il miele. Aggiungere il latte di cocco e il succo d'arancia. Selezionare il programma Ice Crush, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare la piña colada nei bicchieri, cospargere di zucchero grezzo e servire immediatamente.

I nostri consigli

Per una versione con alcol, aggiungere un po' di rum in ogni bicchiere.

## Cocktail limonata ai lamponi

### Programma Ice Crush

**6 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min**

200 g di lamponi  
2 foglie di basilico  
1 lime  
8 cubetti di ghiaccio  
3 cucchiaini di zucchero  
700 ml di limonata

- 1 Togliere la scorza del lime e spremere. Sciacquare i lamponi.
- 2 Mettere nel frullatore la scorza e il succo del lime, i lamponi, il basilico, lo zucchero e i cubetti di ghiaccio. Selezionare il programma Ice Crush, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Versare il miscuglio in bicchieri da cocktail e aggiungere la limonata. Servire immediatamente.

I nostri consigli

Per una bibita alcolica, aggiungere un po' di vodka!



## Caffè al caramello ghiacciato

### Programma Ice Crush

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min**

2 caffè espresso  
2 palline di gelato al caramello  
4 cucchiaini di salsa al caramello salato  
100 ml di latte di mandorla  
6 cubetti di ghiaccio

- 1 Preparare i 2 caffè espresso. Versare nel frullatore il caffè caldo ed il latte di mandorla. Aggiungere i cubetti di ghiaccio ed il gelato al caramello.
- 2 Selezionare il programma Ice Crush, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Versare un cucchiaino di salsa al caramello salato sul fondo di ciascun bicchiere, quindi versarvi sopra il miscuglio ottenuto. Mescolare e servire immediatamente.

I nostri consigli

Provare la ricetta con gelato alla vaniglia oppure al cioccolato.





# **GREEN SMOOTHIE**

## Smoothie al cavolo verza, ai mirtilli, ai lamponi e alla banana

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min**

2 foglie di cavolo verza  
1 banana  
100 g di mirtilli  
125 g di lamponi  
1 cucchiaio di sciroppo di agave  
300 ml di succo di pera  
6 cubetti di ghiaccio

- 1 Eliminare le nervature del cavolo verza e lavare le foglie. Sbucciare la banana. Sciacquare i lamponi e i mirtilli.
- 2 Mettere nel frullatore le foglie di verza, i mirtilli, i lamponi e la banana. Aggiungere lo sciroppo di agave e il succo di pera. Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, servire immediatamente lo smoothie.

I nostri consigli

Il cavolo verza è un ortaggio prezioso per la salute: consumatelo spesso!



## Smoothie al cetriolo, al kiwi, alla mela e al lime

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min**

1 cetriolo  
3 kiwi  
2 lime  
300 ml di succo di mela  
1 cm di radice di zenzero  
6 cubetti di ghiaccio  
2 cucchiai di miele

- 1 Sbucciare il cetriolo e tagliarlo a pezzettini. Togliere la scorza dei lime e metterla da parte. Spremere i lime. Sbucciare i kiwi e tagliarli a pezzetti. Sbucciare lo zenzero.
- 2 Mettere nel frullatore il cetriolo, il succo di lime, la scorza di lime, lo zenzero e il miele. Aggiungere i cubetti di ghiaccio ed il succo di mela.
- 3 Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, servire immediatamente gli smoothie.

#### I nostri consigli

Si tratta di uno smoothie dal gusto leggermente asprigno. Se lo si preferisce più dolce, non aggiungere il succo di lime.





## Smoothie tropicale

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni - Tempo di preparazione: 10 min**

1/2 ananas fresco (circa 350 g)  
1 mango (circa 350 g)  
300 ml di acqua di cocco  
5 rametti di coriandolo  
2 cucchiaini di miele liquido

- 1 Sbucciare e tagliare a pezzi l'ananas. Sbucciare il mango e tagliare la polpa fino al nocciolo. Lavare il coriandolo e togliere le foglie dai rametti.
- 2 Mettere nel frullatore l'ananas, il mango, il coriandolo e il miele. Aggiungere l'acqua di cocco. Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Versare lo smoothie nei bicchieri e servirlo immediatamente. Se necessario, aggiungere un cubetto di ghiaccio.

I nostri consigli

Per uno smoothie più verde, aggiungere una manciata di spinaci freschi.

## Smoothie alle foglie di ravenello, alle fragole, banana e al latte di mandorla

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min**

2 banane

1 grossa manciata di foglie di ravenello

200 g di fragole

Un cucchiaino di succo di limone

200 ml di latte di mandorla

1 cucchiaino scarso di spirulina in polvere (facoltativo)

4 cubetti di ghiaccio

- 1 Lavare accuratamente le foglie di ravenello e metterle ad asciugare su carta da cucina. Lavare e mondare le fragole. Sbucciare la banana e tagliarla a pezzetti.
- 2 Mettere nel frullatore la banana, le foglie di ravenello e le fragole. Aggiungere il succo di limone, la spirulina in polvere e il latte di mandorla. Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Una volta terminato il programma, versare lo smoothie nei bicchieri e servire immediatamente.

### I nostri consigli

La spirulina è ricca di proteine, ferro, betacarotene, antiossidanti e vitamina B12.

Provare la ricetta con latte di mandorla fatto in casa (utilizzando la ricetta del latte di mandorla).





## Zuppa fredda di lamponi con granita di latte di mandorla

### Programma Green Smoothie

**Serves 4 – Preparation time: 15 min – Resting time: 3 hours**

4 porzioni – Tempo di preparazione: 15 min – Tempo di riposo: 3 ore

300 g di lamponi  
100 ml di succo d'arancia  
50 ml di acqua  
50 g di zucchero grezzo  
Un cucchiaino di succo di limone  
200 ml di latte di mandorla  
2 cucchiaini di miele liquido

- 1 Sciogliere il miele nel latte di mandorla e versare il latte in vaschette per cubetti di ghiaccio. Tenere in freezer per almeno 3 ore o finché il composto non gela.
- 2 Sciacquare i lamponi. Mettere nel frullatore i lamponi e lo zucchero. Aggiungere l'acqua, il succo d'arancia e il succo di limone. Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop. Mettere la zuppa in frigorifero e sciacquare il frullatore.
- 3 Subito prima di servire, mettere i cubetti di latte di mandorla ghiacciato nel frullatore. Premere qualche volta il pulsante Pulse.
- 4 Versare la zuppa in coppette e guarnire con un cucchiaino di granita al latte di mandorla.

### I nostri consigli

Sostituire la granita di latte di mandorla con una pallina di yogurt gelato o di gelato alla vaniglia.  
Provare la ricetta con il latte di mandorla fatto in casa (vedere la ricetta del latte di mandorla).



## Gazpacho di pomodori gialli con cubetti di pomodori verdi ghiacciati

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 15 min – Tempo di cottura: 2 min – Tempo di riposo: 2 ore**

Per il the gazpacho:

1 kg di pomodori gialli di varietà antica (meno acidi)

1 cipollotto

1/3 di cetriolo

50 ml di olio d'oliva

150 ml di acqua

Sale e pepe

Qualche goccia di tabasco

Per i cubetti ghiacciati:

2 pomodori verdi di varietà antica

Un cucchiaino di olio d'oliva

Un cucchiaino di succo di limone

Sale e pepe

- 1 Lavare i pomodori verdi, tagliarli a pezzetti ed eliminare i semi. Mettere nel frullatore i pomodori verdi, l'olio d'oliva e il succo di limone. Aggiungere sale e pepe. Porre il coperchio sul frullatore e premere il pulsante Pulse per 10 secondi. Versare il miscuglio in una vaschetta per il ghiaccio e mettere in freezer per almeno 2 ore.
- 2 Pelare i pomodori gialli. Versare acqua e sale in una pentola capiente e portare l'acqua a ebollizione. Quando bolle l'acqua, mettere i pomodori nella pentola, lasciar sobbollire 2 minuti, quindi immergere i pomodori in acqua fredda. Pelare i pomodori, privarli dei semi e tagliarli a pezzetti. Sbucciare e affettare il cetriolo. Sbucciare il cipollotto.



## Gazpacho di pomodori gialli con cubetti di pomodori verdi ghiacciati

### Programma Green Smoothie

- 3 Mettere nel frullatore l'olio d'oliva, l'acqua, il cetriolo, i pomodori gialli e la cipolla. Aggiungere un'abbondante presa di sale, il pepe ed il Tabasco.
- 4 Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 5 Una volta terminato il programma, mettere il gazpacho in frigorifero. Versare la zuppa nelle scodelle e aggiungere un cubetto di pomodoro verde ghiacciato. Servire immediatamente.

### I nostri consigli

Aggiungere al gazpacho un misto di semi (zucca, lino, girasole, ecc.) per aggiungere un tocco "croccante"!

## Smoothie alle ciliegie ed alle nettarine gialle

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 15 min**

200 g di ciliegie  
3 nettarine gialle  
1 banana  
300 ml di succo d'arancia  
4 cubetti di ghiaccio  
2 cucchiari di zucchero grezzo

- 1 Lavare e snocciolare le ciliegie. Lavare le nettarine, tagliarle a metà e togliere il nocciolo. Sbucciare la banana e affettarla.
- 2 Mettere nel frullatore lo zucchero, le ciliegie e la banana. Aggiungere il succo d'arancia ed i cubetti di ghiaccio.
- 3 Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop. Una volta terminato il programma, versare lo smoothie nei bicchieri e servire immediatamente.

I nostri consigli

Questo è lo smoothie ideale al mattino. Provate a servirlo per il brunch!





## Crêpe ai semi di chia

### Programma Green Smoothie

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 20 min**

2 cucchiaini di semi di chia  
3 cucchiaini di acqua  
200 g di farina  
1 cucchiaio di olio di cocco  
2 cucchiaini di zucchero  
450 ml di latte di mandorla

- 1 In una coppetta, versare l'acqua e i semi di chia e tenere da parte per 10 minuti.
- 2 Mettere nel frullatore i semi di chia lasciati a bagno, la farina, l'olio di cocco e lo zucchero. Aggiungere il latte di mandorla. Selezionare il programma Green Smoothie, quindi premere il pulsante Start/Stop.
- 3 Scaldare una padella per le crêpe ed oliarla leggermente. Versare una piccola quantità di pastella al centro della padella e ruotare la padella per distribuire la pastella in modo uniforme. Cuocere 2 minuti per lato. Servire con marmellata fatta in casa o cospargere di zucchero grezzo.

#### I nostri consigli

Provare la ricetta utilizzando altri tipi di latte (nociola o farro).  
Potete prepararli voi stessi con il frullatore!

**MANUAL**



## Semifreddo al cioccolato e al latte di cocco

### Programma Manual

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 10 min – Tempo di cottura: 5 min – Tempo di raffreddamento: 2 ore**

180 g di cioccolato fondente  
220 ml di latte di cocco  
25 g di noce di cocco essiccata  
Polvere di cacao

- 1 Versare il latte di cocco nel frullatore. Premere il pulsante Heat, quindi regolare la temperatura a 90°C. Premere il pulsante Start/Stop. Dopo 2 minuti, togliere il frullatore dalla base. Spezzettare il cioccolato ed aggiungerlo al latte di cocco. Rimettere il coperchio del frullatore. Premere il pulsante Blend, quindi impostare la velocità H per 3 minuti. Versare il miscuglio in coppette o piccoli stampi e mettere in frigorifero per almeno 2 ore.
- 2 Scaldare una padella antiaderente e tostare la noce di cocco essiccata ad alta temperatura, rimestando continuamente. Quando la noce di cocco risulta dorata, versarla in un recipiente a parte. Servire il semifreddo dopo averlo cosperso di cacao in polvere e di noce di cocco tostata.

### I nostri consigli

Quando si mette il cioccolato nel frullatore, aggiungere anche un pizzico di pepe di cayenna.





## Cioccolata calda spumosa

### Programma Manual

**4 porzioni – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 5 min**

100 g di cioccolato fondente  
400 ml di latte intero  
100 ml di panna liquida  
2 cucchiaini di zucchero  
2 gocce di estratto di vaniglia

- 1 Spezzettare il cioccolato. Versare il latte nel frullatore. Premere il pulsante Heat, quindi regolare la temperatura a 70°C per 5 minuti. Premere il pulsante Start/Stop.
- 2 Una volta terminato il programma, aggiungere il cioccolato, la panna liquida e l'estratto di vaniglia. Premere il pulsante Blend, quindi impostare la velocità 8 per 2 minuti.
- 3 Una volta terminato il programma, versare la cioccolata calda nelle tazze e servire immediatamente.

### I nostri consigli

Per una cioccolata calda alla viennese, guarnire con panna montata subito prima di servire.



## Marmellata rapida di fragole

### Programma Manual

**Per 3 vasetti – Tempo di preparazione: 5 min – Tempo di cottura: 30 min – Tempo di riposo: 3 ore**

300 g di fragole  
200 g di zucchero  
1 cucchiaino di agar-agar

- 1 Lavare e mondare le fragole. Tagliare le fragole più grosse a pezzetti.
- 2 Mettere nel frullatore le fragole, lo zucchero e l'agar-agar. Premere il pulsante Blend, quindi impostare la velocità su 5 per 1 minuto. Premere il pulsante Heat, quindi regolare la temperatura a 100°C per 30 minuti.
- 3 Una volta terminato il programma, premere il pulsante Blend ed impostare la velocità su 7 ed il tempo a 2 minuti. Versare la marmellata nei vasetti e lasciar raffreddare prima di mettere in frigorifero per almeno 3 ore.

### I nostri consigli

Questa marmellata ha una consistenza molto liscia. È possibile riscaldarla ed utilizzarla come glassa per torte.