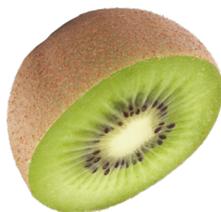


Trisa[®]
ELECTRONICS



CREAZIONI DI SMOOTHIE

solo per frullatore «Trisa Vital Fit»



ZUPPE FREDDI CON CUBETTI DI GHIACCIO

VICHYSOISE

Patate tagliate (farinose)	300 g
Cipolla tagliata grossa	2 pezzo
Porro intero senza il verde	1 pezzo
Sedano	100 g
Brodo	5.5 dl
Fetta di pane tostata	2 pezzo
Panna intera	1 dl
Fiocchi di burro	2 pezzo
Sale e pepe	

GAZPACHO

Pomodori	600 g
Peperoni rossi, sgucciati & a cubetti piccoli	1 pezzo
Zucchetti a cubetti piccoli	100 g
Aglione	1 pezzo
Cipolla tagliata	½ pezzo
Brodo di verdure	4 dl
Fetta di pane tostata	1 pezzo
Olio d'oliva	½ dl

ZUPPA DI CETRIOLI

Cetriolo	1 pezzo
Cipolla	1 pezzo
Brodo di verdure	6 dl
Yogurt naturale	180 g
Sale e pepe	
Aneto, cerfoglio, erba cipollina	



FREDDE / ZUPPE CALDE



ZUPPA DI CURRY

Ananas	100 g
Mela (acidula)	1 pezzo
Cipolla	½ pezzo
Aglione	1 pezzo
Polvere di curry	2 cucchiaino
Sedano	100 g
Coriandolo	50 g
Zenzero	20 g
Sultanine	50 g
Latte di cocco	2 dl
Peperoncino	½ pezzo
Brodo di verdure	4 dl
Panna intera	1 dl

ZUPPE CALDE

ZUPPA DI VERDURE PASSATA

Carote	200 g
Sedano	150 g
Porro	150 g
Cipolla	1 pezzo
Brodo di verdure	7 dl
Olio d'oliva	2 cucchiaino
Prezzemolo	½ mazzetto
Salsa di soia	½ cucchiaino
Crema fraiche	3 cucchiaino

ZUPPA DI SPINACI

Patate (farinose)	300 g
Cipolla tagliata	½ pezzo
Aglione	½ pezzo
Spinaci	150 g
Olio d'oliva	2 cucchiaino
Brodo di verdure	5 dl
Foglie di menta piperita	4 pezzi
Panna intera	1 dl
Sale e pepe	

ZUPPA DI ZUCCA

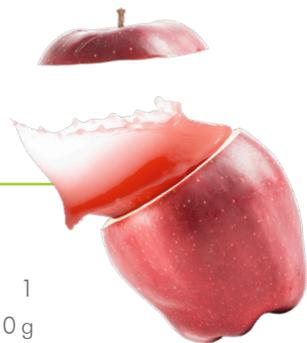
Zucca	400 g
Carote	100 g
Patate (farinose)	200 g
Polvere di curry	1 cucchiaino
Brodo di verdure	5 dl
Fiocchi di burro	2 pezzi
Panna	1.5 dl
Olio di semi di zucca	3 cucchiaino
Sale, pepe e salsa di soia	

ZUPPA DI CAVOLFIORE

Patate (farinose)	300 g
Cavolfiore	500 g
Cipolla	1 pezzo
Farina bianca	2 cucchiaino
Brodo di verdure	6 dl
Panna	1 dl



SMOOTHIE ROSSI



MELA

Mela	1
Frutti di bosco (Lamponi, Fragole)	100 g
Nocciole	5-6

FRUTTI DI BOSCO

Fragole (congelate)	3
Lamponi	20
Banana	1
Succo d'arancia (spremuta fresca)	125 ml
Acqua (kalt)	25 ml

SMOOTHIE ARANCIANI

CAROTE

Carote	1
Mela	1
Banana	½
Acqua / succo di frutta	2 dl

CAROTE/ARANCIA

Carote	1
Mela	1
Radice di zenzero, fresca, a dimensioni di una nocciola	1
Arancia, succo d'arancia	1
Limone, succo del limone	½

SMOOTHIE GIALLI

MANGO

Mango maturo	1
Papaia	1
Banana	½-1
Acqua	

KIWI/MELONE

Mela	½
Kiwi	½
Melone	¼
Poca acqua per diluire	

SMOOTHIE VERDI

BANANA/CETRIOLO

Mela	1
Banana	1
Cetriolo	½
Prezzemolo	1 mazzetto

SPINACI/AVOCADO

Spinaci	2 manciata
Mela	1
Banana	1
Avocado morbido	½
Limone non sbucciato	⅛
Acqua a sufficienza	
Eventualmente basilico, sale	



PANORAMICA DEL PROGRAMMA

Accendere / spegnere,
interrompere

Aumentare il tempo

Aumentare il numero di giri

Macinare

Milkshake

Zuppe



Tasto PULSE

Ridurre il tempo

Ridurre il numero di giri

Smoothie

Succhi di verdura

Salse



Per chicchi di caffè, crauti, miscele di spezie ecc.

Per poter sfruttare questa funzione completamente, occorre di preferenza il contenitore del frullatore piccolo. Art. 6927.9800



Per milkshake e frappé

Tempo 1:00 min.



Per tutte le creme calde, zuppe e purè

Tempo 7:00 min. Si scalda l'interno.



Per smoothie e bevande fredde miscelate di qualsiasi genere

Tempo 1:00 min. Consiglio: Aggiungere cubetti di ghiaccio o ghiaccio tritato.



Per succhi e passati di verdura, purè e und intingoli

Tempo 2:00 min.



Per salse calde

Tempo 1:00 min. Si scalda l'interno.

