



magic
BULLET®



**Руководство пользователя
&
Книга рецептов**

Важная информация

Осторожно! Во избежание травм внимательно прочитайте данную инструкцию прежде чем начать использование Magic Bullet®.

При использовании любых бытовых приборов соблюдайте, пожалуйста, правила безопасности, в том числе следующие.

Пожалуйста, не выбрасывайте инструкцию!

ТОЛЬКО ДЛЯ ДОМАШНЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

- Данное устройство не должно использоваться детьми. Держите прибор и электрошнур к нему в недоступном для детей месте.
- Недопустимо использование прибора детьми в игровых целях.
- Люди с ограниченными физическими, сенсорными, умственными возможностями, отсутствием опыта работы с подобными приборами, или знаний о работе прибора, могут пользоваться данным прибором при условии прохождения соответствующего инструктажа, понимания рисков, сопряженных с использованием прибора, а также в присутствии сопровождающих.
- **НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ РАБОТАЮЩИЙ ПРИБОР БЕЗ ПРИСМОТРА.**
- Не используйте Magic Bullet не по назначению.

ТЕПЛОБЕЗОПАСНОСТЬ И ДАВЛЕНИЕ

Не используйте горячие и/или газированные ингредиенты!

- Не помещайте горячие или газированные ингредиенты в чаши и стаканы до или во время процесса смешивания. Горячие ингредиенты могут создавать давление в закрытых контейнерах при смешивании, вследствие чего, при открытии контейнера, горячее содержимое под давлением неконтролируемо распространится по окружающему пространству. **Всегда начинайте процесс смешивания ингредиентов с охлажденных ингредиентов и жидкостей, либо ингредиентов и жидкостей комнатной температуры (21°C / 70°F или ниже).**
- **Никогда не включайте блендер Magic Bullet для непрерывной работы более, чем на одну минуту.** Ингредиенты могут перегреться, что вызовет повышение давления

внутри стакана блендера, что может привести к его разрыву, а вследствие этого — возможным травмам и повреждению имущества.

- **Никогда не смешивайте газированные жидкости или иные ингредиенты, приводящие к образованию углекислого газа (например, пищевую соду, разрыхлитель, дрожжи и проч.).** Давление от газа может спровоцировать взрыв герметичного стакана, кувшина или иного контейнера, что, в свою очередь, может привести к травматизации и повреждению имущества.

ОСТОРОЖНО! Трение ножей от продолжительной работы может способствовать нагреванию ингредиентов и созданию внутреннего давления в герметичном контейнере. Если вы заметили, что стакан для смешивания нагрелся, прекратите работу и подождите, пока емкость остынет, прежде чем открывать её или продолжать работу. Затем медленно открутите нож-вставку от контейнера, держа его в противоположном от лица и тела направлении.

- После завершения работы прибора, оставьте стакан закрытым на протяжении небольшого времени, чтобы любое излишнее давление, которое могло образоваться в стакане, снизилось. Затем,

медленно открутите нож-вставку от стакана, держа его в противоположном от лица и тела направлении.

- В случае, если мотор прекратил работу, отключите базу от источника электропитания и оставьте на 15 минут до повторного включения. Magic Bullet оснащен внутренней термической системой торможения, которая выключает прибор в случае перегрева. Как только прибор остынет до необходимой температуры работы, вы сможете включить его снова.
- **Никогда не храните смесь в герметичных контейнерах для смешивания без охлаждения в течение длительного времени: это приведет к истечению срока годности и брожению продукта.** Сахар, содержащийся в фруктах и овощах, может спровоцировать процессы брожения, выделяя газ и вызывая повышение давления в герметичном стакане, что может привести к разрыву контейнера и неконтролируемому распространению содержимого при открытии или перемещении стакана. Если вы не планируете употребить содержимое контейнера в пищу сразу после приготовления, снимите нож и накройте стакан Magic Bullet гибкой крышкой. Периодически открывайте крышку, чтобы снизить давление в сосуде, если планируете хранить содержимое дольше, чем несколько часов.

БЕЗОПАСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НОЖЕЙ И ЛЕЗВИЙ

Ножи и лезвия острые! Обращайтесь с осторожностью!

ОСТОРОЖНО!

Будьте осторожны при использовании любого ножа или лезвия. Во избежание порезов, не прикасайтесь к кромкам лезвия.

**НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ
К ПОДВИЖНЫМ ЧАСТЯМ
БЛЕНДЕРА!** Для снижения риска повреждений, не прикасайтесь руками к ножам блендера во время работы блендера, а также избегайте попадания предметов в движущиеся части блендера. **Для снижения риска травматизации и повреждения имущества,** убедитесь, что нож плотно зафиксирован в стакане, прежде чем устанавливать стакан на базу и включать Magic Bullet.

**Никогда не храните ножи,
установив их на базу
блендера без стакана.
Открытое лезвие
создает риск порезов.**

- Во избежание протечек и/или повреждения имущества, **проверяйте, что нож не поврежден и вставка полностью прилегает к стакану и ножу перед каждым использованием.**

Протечки могут привести к повреждению базы с мотором.

В том случае, если у вас возникли вопросы или вы обнаружили неисправность, немедленно прекратите использование прибора и обратитесь в службу поддержки клиентов Magic Bullet по номеру телефона: 8 800 500 56 48.

- После завершения использования Magic Bullet, оставьте закрытый стакан на базе на протяжении небольшого времени, чтобы мотор полностью выключился. Снятие стакана и/или ножей с работающего прибора может привести к повреждению блендера и ножей.

**Никогда не включайте
Magic Bullet без
твердого или жидкого
содержимого в стакане.**

- Magic Bullet не подразумевает использования в качестве измельчителя льда. Дробление льда в стакане блендера может привести к повреждению лезвий, неправильной работе прибора, потенциальному риску травматизации и ущерба имуществу.

БЕЗОПАСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТАКАНОВ

- **Во избежание протечек, не заполняйте стакан выше, чем до отметки МАХ!**

Для эффективной работы Magic Bullet в режиме «Циклон» в стакане должно оставаться незаполненное пространство. Переполнение стакана может привести к протечкам и отсоединению ножей от стакана.

- Периодически проверяйте комплектующие Magic Bullet на повреждения и износ. Прекратите использование блендера и замените комплектующие, если вы обнаружили признаки износа или повреждений, такие как трещины, разломы, помутнение пластика, или иные повреждения на комплектующих или базе блендера, так как они могут помешать правильной работе прибора. Вы можете приобрести комплектующие на сайте Nutribullet.ru или обратившись в службу поддержки.

Рекомендуется заменять ножи и стаканы каждые 6 месяцев или по мере износа.

ЭЛЕКТРО БЕЗОПАСНОСТЬ

ОСТОРОЖНО! Не используйте прибор в местах с другими характеристиками электропитания или другими типами вилок. Не подключайте блендер к сети электропитания посредством сетевых адаптеров или переходников-преобразователей для изменения напряжения — это может спровоцировать короткое замыкание, возгорание, поражение электрическим током, травматизацию пользователя или повреждение продукта. Подключение блендера к сети электропитания посредством сетевых адаптеров или переходников-преобразователей для изменения напряжения считается модификацией продукта и аннулирует гарантию.

- Использование насадок, таких как устройства для консервирования продукции не рекомендовано — это может спровоцировать короткое замыкание, возгорание, поражение электрическим током, травматизацию пользователя или повреждение продукта. Использование насадок, таких как устройства для консервирования продукции считается модификацией продукта и аннулирует гарантию.

- Во избежание риска поражения электрическим током, никогда не погружайте шнур, вилку или базу блендера в воду или другие жидкости, проводящие электрический ток
- Всегда отключайте прибор от сети электропитания во время простоя, разборки, сборки и мытья.
- При работе с движущимися частями блендера и смене комплектующих выключите прибор и отсоедините его от сети электропитания.
- **ВНИМАНИЕ:** во избежание опасности, связанной с непреднамеренным пуском термовыключателя, данный прибор нельзя подключать к сети электропитания через внешнее переключающее устройство, например, таймер, а также подключать к электросети, которая регулярно включается и выключается коммунальными службами.
- Периодически проверяйте прибор, шнур и вилку на предмет повреждений и/или износа, которые могут нарушить нормальное функционирование прибора или представлять опасность поражения электрическим током. Прежде, чем подключить прибор к сети электропитания, убедитесь, что шнур питания и вилка не повреждены. Немедленно прекратите использование Magic Bullet, если прибор упал, был поврежден или его работа нарушена иным образом (включая необычный шум, более громкий шум при работе).
- Если шнур электропитания был поврежден, необходима его замена производителем, сервисным центром или иным квалифицированным лицом во избежание опасности.
- Не используйте Magic Bullet на улице или в неподходящих погодных условиях.
- Не допускайте провисания шнура электропитания со стола или стойки.
- Не дергайте, не вращайте, не тяните за поврежденный шнур электропитания.
- Не допускайте соприкосновения шнура электропитания с горячими поверхностями, такими как плита.
- Не модифицируйте вилку прибора. Модификация вилки прибора приведет к аннулированию гарантии.
- Вилка прибора Magic Bullet не может быть заменена. Если вилка прибора повреждена, обратитесь в службу поддержки для замены базы с мотором.

ДОСТУП ВОЗДУХА И ВЕНТИЛЯЦИЯ

- Отверстия в нижней части базы блендера предназначены для вентиляции и обеспечения

надежной работы, а также предотвращения перегрева двигателя. При каждом использовании проверяйте, что отверстия открыты для притока воздуха, в них нет пыли, тканевых волокон или других преград нормальному циркулированию воздуха. Не размещайте Magic Bullet поверх предметов из воспламеняющихся материалов, таких как газеты, скатерти, салфетки, полотенца, пробковые подставки, пластиковые подложки и других материалов.

- **ВНИМАНИЕ!** Всегда работайте с Magic bullet на ровной поверхности, оставляя свободное пространство под и вокруг базы с мотором, для обеспечения надлежащего притока воздуха.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ МИКРОВОЛНОВОЙ ПЕЧИ

- Не помещайте комплектующие Magic Bullet в микроволновую печь, в духовой шкаф и на плиту, не погружайте их в кипящую воду — это может привести к неисправностям.

МЕДИЦИНСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

- Представленная в данном руководстве информация не заменяет консультаций врача. Пожалуйста,

проконсультируйтесь с врачом, прежде чем использовать рецепты и рекомендации по питанию, представленные в данном руководстве.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ЛЕКАРСТВЕННЫМИ СРЕДСТВАМИ

- Если вы принимаете лекарственные средства, в особенности лекарства для снижения уровня холестерина, препараты для разжижения крови, препараты от давления, транквилизаторы или антидепрессанты, пожалуйста, проконсультируйтесь со своим врачом прежде, чем пробовать рецепты.
- Избегайте добавления в пищу следующих семян и косточек: яблочных, вишневых, сливовых, персиковых и абрикосовых — они содержат вещество, известное как «цианид».

ОЧИЩЕНИЕ И УХОД ЗА ИЗДЕЛИЕМ

- Magic Bullet прост в уходе. Поместите все комплектующие Magic Bullet кроме ножей и базы с мотором на верхнюю полку посудомоечной машины или вымойте вручную в теплой воде и высушите.

КАК ВЫМЫТЬ MAGIC BULLET:

- **ШАГ 1: ВСЕГДА ВЫКЛЮЧАЙТЕ И ОТКЛЮЧАЙТЕ ОТ СЕТИ**

ПИТАНИЯ базу с мотором, прежде чем разбирать блендер, собирать его, менять комплектующие, прикасаться к движущимся частям блендера или мыть его.

Не взаимодействуйте с прибором до тех пор, пока все движущиеся части не остановятся!

- **ШАГ 2:** Убедитесь, что стакан / нож не прикреплены к базе с мотором
- **ШАГ 3:** Очистите части блендера по отдельности (базу с мотором, ножи, стаканы для смешивания Magic Bullet).

БАЗА С МОТОРОМ:

- Во избежание риска повреждений, **НИКОГДА** не мойте разъемы Magic Bullet, если он подключен к сети электропитания.
- **НЕ ПОГРУЖАЙТЕ В ВОДУ** и не мойте в посудомоечной машине базу с мотором.
- Не отсоединяйте пластиковые и резиновые прокладки внутри базы с мотором.
- Используя влажную губку или тряпку и моющее средство, протрите базу с мотором до устранения загрязнений.
- Уделяйте особенное внимание контрольной панели внутри базы с мотором и устраняйте с нее все застрявшие или липкие остатки пищи. При необходимости, используйте небольшую щеточку.

НОЖ:

Не снимайте нож с вставки — это может нанести необратимые повреждения и вызывать протекание.

- Если после мытья указанным выше способом сохраняется потребность в дополнительной дезинфекции, вы можете использовать 10% раствор уксуса и воду. Если с течением времени вставка изнашивается и перестает быть герметичной, вы можете заказать новый нож-вставку через нашу службу поддержки или на сайте nutribullet.ru.
- Высушите нож с **ОБЕИХ** сторон.
- Рекомендуется заменять ножи Magic Bullet каждые 6 месяцев или по мере износа. Вы можете заказать новый нож-вставку на сайте nutribullet.ru.

СТАКАНЫ ДЛЯ СМЕШИВАНИЯ (СТАКАНЫ, КРЫШКИ, РУЧКИ):

- Данные комплектующие можно мыть на **ВЕРХНЕЙ ПОЛКЕ** посудомоечной машины. Мы рекомендуем ополаскивать их и очищать от частичек пищи прежде, чем помещать в посудомоечную машину. **НИКОГДА** не используйте режимы кипячения, поскольку они могут повредить пластик.
- Регулярно проверяйте замки на стаканах. В случае, если замки повреждены (на них видны трещины, сколы, царапины или потертости), прекратите использование стакана и немедленно замените его на новый во избежание риска для здоровья.

Не выбрасывайте инструкцию!



magic
BULLET®







Содержание

13

ВВЕДЕНИЕ

14 Обозначения

15

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ MAGIC BULLET

16 Хранение с Magic Bullet

17

ЗАВТРАК

18 Омлет с овощами

19 Банановый фраппе

20 Кремово-кокосовый кофе

21

СМУЗИ

22 Ягодный протеиновый смузи

22 Манговый кокосовый смузи

23 Смузи «Тропическая зелень»

24 Смузи «Клубничный банан»

25

СОУСЫ И ЗАКУСКИ

26 Сальса Magic Bullet

27 Домашний хумус

28 Гуакамоле Magic Bullet

29

УЖИН

30 Престо «Песто»!

31 Соус «Болоньезе»

34 Фаршированный
сладкий перец

35

ДЕСЕРТЫ

36 Шоколадный пуддинг
с семенами Chia

36 Банановый крем

37

ЛЕДЯНЫЕ КОКТЕЙЛИ

38 Замороженная
Маргарита

39 Ледяной Мартини

40 Клубничный Дайкири



Введение

ГОТОВЫ К ГАСТРОНОМИЧЕСКИМ ПОБЕДАМ?

Вооружитесь Magic Bullet! Быстрый, универсальный, легкий в использовании, единственный в своем роде бытовой прибор, который поможет вам приготовить бесконечное множество блюд на любой случай.

Взбейте яркий соус «Сальса», нежную кремовую закуску, освежающий смузи или праздничный коктейль за доли секунды для себя или друзей.

Еще преимущества? Компактный размер. Magic Bullet занимает очень мало места на столе в сравнении с другими блендерами или кухонными комбайнами, при этом с легкостью выполняет все их задачи. Удобный дизайн превращает готовку в удовольствие, а уборку — в дело одной минуты.

Magic Bullet — самый легкий способ создать многообразие вкусов. Режьте, измельчайте, смешивайте, готовьте любое блюдо вместе с Magic Bullet на радость себе и близким.

Обозначения

Magic Bullet — отличный инструмент для тех, кто предпочитает точно знать, что он ест. Именно поэтому мы создали систему обозначений для вегетарианских, веганских и / или безглютеновых рецептов.



БЕЗ ГЛЮТЕНА: Рецепт не использует ингредиентов с глютеном, таких как пшеница, мука, рожь или ячмень.



ВЕГЕТАРИАНСКИЙ: Рецепт не использует мясных ингредиентов. Могут использоваться молочные продукты, яйца или мед.



ВЕГАНСКИЙ: Рецепт не использует мясных, молочных продуктов, яиц или иных продуктов животного происхождения.

В КУЛИНАРНОЙ КНИГЕ СОДЕРЖАТСЯ РЕЦЕПТЫ, которые помогут вам познакомиться с Magic Bullet и приготовить вкусные блюда, закуски и угощения. Придерживайтесь рецепта, видоизмените его или полностью дайте волю творчеству — ваш вкус всему голова. Что бы вы не придумали, Magic Bullet всегда у вас под рукой в любом кухонном приключении!

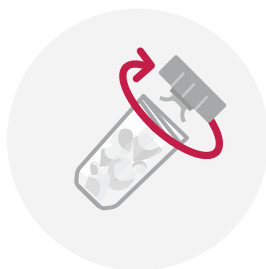
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ MAGIC BULLET

Использовать Magic Bullet также легко, как 1, 2, 3:



1

Поместите ингредиенты в стакан (не превышайте отметку MAX).



2

Поверните нож-вставку и герметично закройте стакан.



3

Поместите стакан на базу, совместив замки на стакане и отметки на базе с мотором. Надавите на стакан, чтобы включить устройство.

Как это работает:

Magic Bullet смешивает и измельчает ингредиенты до тех пор, пока вы нажимаете на стакан. Чтобы прекратить процесс смешивания, отпустите стакан.



Режим «Замок»:

Если вы хотите освободить руки, нажмите на стакан, а затем поверните его против часовой стрелки чтобы замки оказались под манжетой базы. В таком режиме Magic Bullet продолжит смешивание до тех пор, пока вы не снимите стакан (не оставляйте блендер работать дольше, чем на минуту!). Чтобы снять стакан, поверните его против часовой стрелки.

Хранение с Magic Bullet

В комплекте с Magic Bullet мы можете найти крышки для хранения. Крышки надеваются поверх стакана Magic Bullet, что позволяет сохранить свежесть продуктов, готовить заранее и брать еду с собой без необходимости использования еще одного контейнера.

ВНИМАНИЕ:

Перед каждым использованием ножа проверьте вставку, чтобы убедиться в том, что она не повреждена и плотно прилегает к ножу.

Никогда не трогайте вращающийся нож руками или предметами, не нажимайте руками или предметами на кнопки выключения на внутренней контрольной панели пока база с мотором подключена к сети электропитания.

ЕСЛИ НОЖ ПЕРЕСТАЕТ ВРАЩАТЬСЯ И БЛЕНДЕР ПРИ ЭТОМ ВКЛЮЧЕН, НЕМЕДЛЕННО ОТКЛЮЧИТЕ ПРИБОР ОТ СЕТИ ЭЛЕКТРОПИТАНИЯ.

Твердые ингредиенты, такие как сельдерей или морковь, могут застрять в ноже и остановить его вращение. Если это произошло, **НЕМЕДЛЕННО ОТКЛЮЧИТЕ MAGIC BULLET ОТ СЕТИ ЭЛЕКТРОПИТАНИЯ.**

Снимите стакан с базы и встряхните его, чтобы удалить застрявшие ингредиенты с лезвия ножа. Если вращение ножа по-прежнему невозможно, снимите нож-вставку со стакана и осторожно поверните нож, используя лопатку (не ваши пальцы). Затем соедините стакан и нож-вставку снова, подключите Magic Bullet к сети питания и попробуйте смешать ингредиенты еще раз. Нож должен вращаться как обычно.

НИКОГДА НЕ ВКЛЮЧАЙТЕ MAGIC BULLET ДОЛЬШЕ, ЧЕМ НА ОДНУ МИНУТУ ЗА РАЗ. ДОЛГАЯ РАБОТА МОЖЕТ НАНЕСТИ МОТОРУ НЕОБРАТИМЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ.

Если мотор прекратил работу, отключите Magic Bullet от сети электропитания, оставьте Magic Bullet на несколько часов, а затем попробуйте снова. В систему Magic Bullet встроен термовыключатель, который срабатывает при перегревании прибора. Когда прибор остынет, вы сможете включить его снова.

3ABTPAK



Омлет с овощами

Начните день с овощей — взбейте здоровый, полезный и согревающий душу омлет.

¼ ст. л. оливкового
или сливочного масла

½ маленькой луковицы
или 1/8 луковицы среднего
размера

¼ помидора
или ½ томата черри

¼ стакана шпината

1-2 яйца

Соль и перец по вкусу



- 1** Разогрейте ½ столовой ложки оливкового или сливочного масла в небольшой сковороде на среднем огне. Положите лук и помидоры в стакан и порежьте в режиме «Pulse» на куски. Переложите овощи в сковороду и тушите 3 минуты, до мягкости. Добавьте шпинат и готовьте еще две минуты. Уменьшите огонь.
- 2** Помойте и высушите стакан. Положите яйца, соль и перец в стакан, взбейте в режиме «Pulse» 3-5 раз. Переложите яйца в сковороду и быстро перемешайте, чтобы ингредиенты равномерно распределились по сковороде.
- 3** Когда омлет будет готов, сложите яичный «блинчик» пополам и подайте к столу



Банановый фраппе

Зачем тратить деньги на дорогие замороженные напитки из искусственно подслащенных смесей? Лучше попробуйте напиток из замороженного банана.

½ слегка подтаявшего замороженного банана

¼ стакана кофе
(комнатной температуры)

½ стакана молока (выберите по вкусу: коровье, миндальное, соевое, конопляное и т.д.)

1/8 ч. л. экстракта ванили

1 Положите все ингредиенты в стакан блендера и смешайте до однородной консистенции.





Кремowo-кокосовый кофе

Добавьте своему кофе кокосовые нотки и получите заряд бодрости на целый день!

¼ стакана кофе
(комнатной температуры)

1 ½ ст. л. кокосового масла
холодного отжима

- 1 Налейте кофе и кокосовое масло в стакан и смешайте до однородной консистенции.
- 2 Перелейте напиток в чашку и подогрейте в микроволновке или на плите.



Напиток нагреется и будет горячим. Снимайте с плиты с осторожностью!

CMY314



Ягодный протеиновый смузи

Хотите взять завтрак с собой?

У нас есть идеальное решение — протеиновый смузи, питательный и приятный на вкус!

½ стакана молока
на выбор

½ стакана свежих или
замороженных ягод

½ стакана кубиков льда

½ банана

1 порция протеина



1 Положите все ингредиенты в стакан и закройте стакан ножом-вставкой.

2 Перемешайте до однородной консистенции.

Манговый кокосовый смузи

Попробуйте солнце на вкус!

½ стакана манго

1 банан

1 стакан кубиков льда

½ стакана
кокосовой воды



1 Положите все ингредиенты в стакан и закройте стакан ножом-вставкой.

2 Перемешайте до однородной консистенции.





Смузи «Тропическая зелень»

Попробуйте солнце на вкус!

1 стакан шпината

½ стакана кусочков ананаса

½ киви

1 ст. л. конопляных семян

Немного сока лайма

1 стакан кокосовой воды

1 Положите все ингредиенты в стакан и закройте стакан ножом-вставкой.

2 Перемешайте до однородной консистенции.





Смузи «Клубничный банан»

Невероятно вкусный фруктовый напиток — идеальное дополнение к любому времени суток.

½ стакана свежих или замороженных ягод

1 банан

1 стакан льда

½ стакана апельсинового сока

1 Положите все ингредиенты в стакан и закройте стакан ножом-вставкой.

2 Перемешайте до однородной консистенции.



СОУСЫ И ЗАКУСКИ



Сальса Magic Bullet

Можно купить готовый соус «сальса» в банке, а можно приготовить сальсу самостоятельно и добавить души в любой праздник. Счастливой фиесты!

¼ луковицы белого лука

¼ шт. перца халапеньо

½ стакана помидоров черри

1 ст. л. чесночной пудры

1 ст. л. сока лайма

¼ ст. л. морской соли

Черный перец по вкусу

Кинза по вкусу

1 Положите все ингредиенты в высокий стакан и перемешайте в режиме «Pulse» 4-6 раз так, чтобы ингредиенты смешались, но сохранили текстуру.

2 Перелейте соус в посуду для сервировки. Если в соусе образовалась пена — ничего страшного, она осядет в течение 1-2 минут.

3 Если вам кажется, что соус недостаточно густой, слейте жидкость.





Домашний хумус

Идеальная закуска для любой вечеринки!

1/3 стакана овощного
бульона

400 г консервированного
горошка

1 зубчик чеснока

1 ст. л. сока лимона

3 ст. л. тахини

¼ ст. л. морской соли

Оливковое масло
для украшения

Паприка для украшения

- 1 Положите все ингредиенты в стакан блендера и смешайте до однородной консистенции.





Magic Bullet® Guacamole

Последние десять лет авокадо, великолепный суперфуд, только набирает популярность. Попробуйте гуакамоле Magic bullet и вы поймете почему!

2 небольших авокадо

2 ст. л. сока лайма

¼ ст. л. морской соли

¼ луковицы белого лука

2 зубчика чеснока*

Кинза*

4 томата черри*

2 кусочка перца халапеньо*

1 Положите все ингредиенты в стакан блендера и смешайте до однородной консистенции.

* по вкусу



УЖИЖИ



Престо «Песто»!

Наш домашний «Песто» состоит из полезных, свежих, цельных ингредиентов и украсит собой любую пасту, мясо или любое другое блюдо.

1 стакан листьев базилика

2 ст. л. кедровых орехов

3 ст. л. оливкового масла
extra-virgin

½ ст. л. крупной морской
соли (по вкусу)

1-2 зубчика чеснока

1 небольшой кусок
сыра Пармезан

1-2 ст. л. фильтрованной воды



1 Положите все ингредиенты в указанном порядке в высокий стакан. Закройте стакан ножом-вставкой и измельчите содержимое в режиме «Pulse». Добавьте столовую ложку фильтрованной воды для более нежной консистенции соуса.

2 Переложите соус в емкость, подходящую для использования в микроволновой печи, и разогрейте в течение 2-3 минут, либо перелейте в сотейник и нагрейте на плите. Перемешайте и подавайте с горячей пастой.

Соус нагреется и будет горячим.
Снимайте с плиты с осторожностью!

Соус «Болоньезе»

Остался кусочек мяса? Мы нашли ему отличное применение! Не нужно стоять часами у плиты — несколько минут и отличное блюдо выходного дня готово!

КОЛИЧЕСТВО

ПОРЦИЙ: 2

¼ стакана куриного бульона

10-12 томатов черри или 1 помидор порезанный на дольки

1 маленькая или ¼ большой луковицы

2 ст. л. красного вина*

2 ст. л. томатной пасты

2 зубчика чеснока

2 щепотки свежего тмина или ½ ст. л. сушеного тмина

¼ стакана готового мяса (стейк, курица, свинина, индейка, говядина) (комнатной температуры)

Щепотка итальянских трав*

Соль и перец по вкусу

Свежий Пармезан для украшения*

1 Положите все ингредиенты (кроме Пармезана) в указанном порядке в стакан. Закройте стакан ножом-вставкой и измельчите в режиме «Pulse». Нажмите на стакан и сразу же отпустите. Дайте ингредиентам осесть. Еще раз нажмите на стакан и доведите соус до нужной консистенции.

2 Откройте стакан и перелейте соус в посуду, подходящую для микроволновой печи, разогрейте блюдо в микроволновке, либо перелейте соус в сотейник и разогрейте на плите. Подавайте к столу с горячей пастой.

* по вкусу

Соус нагреется и будет горячим. Снимайте с плиты с осторожностью!







Фаршированный сладкий перец

Хочется есть здесь и сейчас? Вместо мучительного ожидания доставки приготовьте это сытное и простое вегетарианское блюдо! Пусть отсутствие мяса не вводит вас в заблуждение — фаршированный сладкий перец не только отличается великолепным вкусом, но и невероятно сытным наполнением.

КОЛИЧЕСТВО

ПОРЦИЙ: 2

2 сладких перца, очищенных от семян

1 стакан шпината

2 маленькие или ½ большой луковицы (порезанные кубиками)

1 зубчик чеснока

1 стакан консервированной красной фасоли (без жидкости)

¾ стакана вареного бурого риса

5 томатов черри

1 ст. л. молотого перца чили

1 ст. л. зиры

1 ст. л. паприки

1 ст. л. оливкового масла

½ ст. л. соли

1 ст. л. фильтрованной воды



- 1** Разогрейте духовку до 200 градусов.
- 2** Положите шпинат, лук, чеснок, помидоры, перец чили, зиру, паприку, оливковое масло, соль и воду в высокий стакан. Перемешайте до однородной консистенции.
- 3** В отдельной посуде смешайте фасоль, рис и смесь специй.
- 4** Фаршируйте перцы смесью и выпекайте в духовке 20 минут.

ДЕСЕРТЫ



Шоколадный пуддинг с семенами Chia

Пуддинг полный Омега-3 и антиоксидантов —
невероятно питательный десерт.

1 ½ стакана миндального
молоко (или другого молока
по вкусу)

1/3 стакана семян Chia

5-7 фиников без косточек

3 ст. л. какао-порошка (или
6 ст. л. какао-порошка без
сахара)

½ ст. л. экстракта ванили

½ ст. л. корицы (по вкусу)

Щепотка соли



1 Положите все ингредиенты в высокий стакан и смешайте до однородной консистенции.

2 Перелейте в сервировочную посуду и оставьте в холодильнике на 30 минут.

Банановый крем

Свежесть и кремовая текстура мороженого с пользой банана!

1 слегка подтаявший
замороженный банан

2-3 ст. л. миндального молока

2 ст. л. какао-порошка (или
¼ ст. л. экстракта ванили
или ¼ стакана свежих или
замороженных ягод)
(по вкусу)



1 Положите банан, миндальное молоко и другие ингредиенты в высокий стакан. Закройте стакан ножом-вставкой и смешайте ингредиенты до консистенции мягкого мороженого.

2 Украсьте вашими любимыми посыпками.
Приятного аппетита!

МАЙОНЕЗ КОКТЕЙЛ



Замороженная Маргарита

Освежающая классика подарит отличное настроение со вкусом свежего лайма и нектара агавы! Подавайте в жаркий полдень с чипсами и **Гуакамоле Magic Bullet** — живите la vida Mexicana.

40 мл текилы

15 мл трипл-сек или куантро

40 мл свежего сока лайма

1 ½ ст. л. нектара агавы

1 стакан кубиков льда

Соль (по вкусу)



- 1** Влейте жидкие ингредиенты в высокий стакан.
- 2** Заполните стакан льдом, не выше отметки MAX. Закройте стакан ножом-вставкой и смешайте ингредиенты до однородной консистенции.
- 3** Если вам нравится соленый привкус, потрите края отверстия в крышке стакана лаймом или смочите лаймовым соком и опустите в соль так, чтобы соль покрыла края.
- 4** Накройте стакан крышкой для подачи и наслаждайтесь!



Ледяной Мартини

Приготовьте классику вместе с Magic Bullet — всего кубик льда, и вы получите холодный мартини, украшенный серебряными бликами.

85 мл джина или водки

15 мл сухого вермута

7 мл оливкового рассола

(по вкусу)

1 кубик льда

- 1** Налейте все ингредиенты в высокий стакан и измельчите в режиме «Pulse» чтобы лед практически исчез.
- 2** Перелейте мартини в стакан и украсьте оливкой или коктейльным маринованным луком.





Клубничный дайкири

Классический дайкири ассоциируется с излишне сладкой ледяной жидкостью, но в этом рецепте мы отойдем от традиций и приготовим дайкири из свежих ингредиентов так, чтобы он точно стал фаворитом вашего лета!

30 мл белого рома

1 ½ стакана замороженной клубники

¼ стакана свежего сока лайма

2 ст. л. меда
или нектара агавы



- 1** Положите все ингредиенты в высокий стакан, закройте стакан ножом-вставкой, и смешайте ингредиенты до однородной нежной консистенции.
- 2** Перед подачей накройте стакан крышкой с отверстием или перелейте напиток в сервировочную посуду.



magic
BULLET®

Многие кухонные приборы обещают облегчить вашу жизнь, но их сложно мыть, они громоздкие, неудобные и на самом деле только добавляют вам забот! Попробуйте Magic Bullet. Маленький, многофункциональный, легко моющийся — блендер Magic Bullet выполняет задачи так быстро, что кажется будто вы приобрели настольного фокусника!

MAGIC BULLET — зарегистрированная торговая марка ООО «Делонги». / nutribullet.ru
Copyright © 2020, ООО «Делонги». Распространяется Capital Brands Distributions, LLC,
Лос-Анджелес, CA 90025. Все права защищены. Сделано в Китае.