Pomysły na koktajle

robot coupe®

Wielka innowacja Robot-Coupe

System opatentowany automatycznego napędu
dostępny wyjątkowo

w sokowirówce

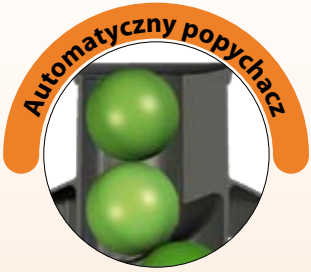
J 80 Ultra • J 100 Ultra

Wystarczy wcisnąć przycisk
Start…

aby uzyskać

na wyśmienity sok, bez wysiłku!

UNIKALNA INNOWACJA!



Ciągłe zaopatrywanie

Kosz ze stali nierdzewnej można wyjąć bez pomocy narzędzi

Obudowa silnika i pojemnik ze stali nierdzewnej

Przemysłowy silnik asynchroniczny

PIKANTNA BRZOSKWINIA

Lato, Antyoksydant, Dobry wygląd, Witaminy A i C

Na 3 Szklanki

Składniki:
6 brzoskwie bez pestek
½ cytryny
1 duża szczypta zmielonej gałki muszkatołowej
300 ml wody sodowej
1 cienki plasterek imbiru

Przygotowanie: Usunąć pestkę z brzoskwini i obrać cytrynę. Obieranie imbiru nie jest konieczne. Przepuścić przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra najpierw brzoskwie, następnie imbir, a na końcu cytryny.
Potem dodać gałkę muszkatołową i wodę sodową.
Rozlać przygotowanie do trzech szklanek.
Pomysł na dekorację: Udekorować szklanki cienkimi plasterkami brzoskwini.

Korzyści: Bogata w minerały i witaminy A i C brzoskwinia jest idealnym składnikiem koktajli zapobiegających powstawaniu antyoksydantów.

Inny pomysł: Sok ten może być sporządzany z białych lub żółtych brzoskwiń.

Porada Robot-Coupe: Z owoców pestkowych (przykład: brzoskwinia, morela, czereśnia, itd.) należy zawsze usunąć pestki. Pikantny koktajl można przygotować z innych owoców i warzyw przepuszczając bez problemu przez sokowirówkę J 80 Ultra przyprawy i korzenie, takie jak np. imbir.

robot coupe®

ARBUZ Z MIODEM

Lato, Orzeźwiający, Dobry wygląd, naturalna obrona

Na 3 Szklanki

Składniki:
750 g arbuza
½ cytryny obranej
20 g miodu
20 g wody

Przygotowanie: Zagotować miód z wodą. Pozostawić do ostygnięcia. Arbuza obrać ze skóry, usunąć pestki i pokroić na duże kawałki. Do sokowirówki J 80 Ultra/J 100 Ultra włożyć kawałki arbuza i obraną cytrynę.
Do szklanki wlać najpierw miód, a następnie sok z arbuza.
Pomysł na dekorację: Podawać z cienkimi plasterkami imbiru.

Korzyści: Bogaty w wodę arbuz doskonale zaspokaja pragnienie i orzeźwia bez żadnego ryzyka dla linii, gdyż jest bardzo niskokaloryczny. Arbuz jest również źródłem witamin A, B i C.

!

Porada Robot-Coupe: Przed przepuszczeniem przez sokowirówkę owoce i warzywa o grubej skórce należy obrać (przykład: arbuz).

robot coupe®

WZMACNIAJĄCA MARCHEWKA

Zima, Dobry wygląd, Antyoksydant, Witamina A

Na 4 Szklanki

Składniki:
4 marchewki
4 pomarańcze
1 cienki plasterek imbiru
kostki lodu

Przygotowanie: Obieranie marchwi jest zbędne, wystarczy je umyć szczotką. Pomarańcze obrać ze skórki. Przepuścić je przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra wraz z imbirem i marchwią.
Rozlać do czterech szklanek. Dodać kostki lodu i podawać zaraz po przygotowaniu.
Pomysł na dekorację: Udekorować plasterkiem pomarańczy i oliwką.

Korzyści: Bardzo bogaty w beta-karoten sok z marchwi dobrze wpływa na wzrok i skórę.

Porada Robot-Coupe: Przez sokowirówkę Robot-Coupe można przepuścić całe marchewki, po 2 lub po 3. Owoce cytrusowe należy zawsze obrać ze skórki, aby usunąć gorycz. Przepuszczać je przez sokowirówkę całe bez uprzedniego krojenia.

robot coupe®

OGÓREK Z MLEKIEM

Zima, Oryginalny pomysł, Trawienie, Witamina E

Na 4 Szklanki

Składniki:
1 ogórek
4 zielonych jabłka Granny
3 łyżki koperku
½ cytryny
kozie mleko

Przygotowanie: Obieranie ogórka nie jest konieczne, gdyż jego skórka zawiera witaminy i nadaje sokowi lepszy kolor. W takim przypadku, lepiej jest używać ogórków ekologicznych. Przepuścić przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra ogórki, jabłka, koperek, a następnie połówkę cytryny. Sok zmieszać z kozim mlekiem.

Pomysł na dekorację: Podawać z cienkimi plasterkami rzodkiewki wyciętymi za pomocą szatkownicy do warzyw Robot-Coupe używając tarczy do plastrów 1 mm.

Korzyści: Ogórek ma doskonałe właściwości oczyszczające i moczopędne. Białko i tłuszcze mleka koziego są łatwiej strawne niż białko i tłuszcze mleka krowiego.

! **Porada Robot-Coupe:** Użycie sokowirówki Robot-Coupe nie wymaga uprzedniego krojenia średniej wielkości jabłek, ani usuwania gniazd nasiennych lub ogryzków.

robot coupe®

CZERWONY CUKIEREK

Wiosna, Trawienie, Antyoksydant, przeciwzapalny

Na 4 Szklanki

Składniki:
300 g truskawek
3 marchewki
¼ ananasa

Przygotowanie: Przed przepuszczeniem przez sokowirówkę ananasa obrać ze skórki. Usuwanie szypułek z truskawek nie jest konieczne, gdyż są one automatycznie wyrzucane do pojemnika na resztki.

Przepuścić przez sokowirówkę 80 Ultra/J 100 Ultra kolejno ¼ ananasa, truskawki i marchew. Dobrze wymieszać i udekorować szklanki plasterkami truskawek.

Korzyści: Ananas zawiera dużą ilość włókna, które wspomaga proces trawienia. Truskawki stymulują system odpornościowy dzięki dużej zawartości witamin.

Inny pomysł: W celu poniesienia smaku koktajlu można dodać zmielone przyprawy, takie jak wanilia, kardamon lub imbir.

! **Porada Robot-Coupe:** Przez sokowirówkę Robot-Coupe można przepuścić całe marchewki, po 2 lub po 3.

robot coupe®

JABŁKO-KIWI

Zima, Wzmacniający, Antyoksydant, Witamina C

Na 3 Szklanki

Składniki:
3 zielonych jabłka Granny-smith
½ zielona cytryna
3 kiwi

Przygotowanie: Obrać cytrynę ze skórki. Obrać kiwi ze skórki, aby zachować zielony kolor koktajlu. Przepuścić je przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra wraz z jabłkami i cytryną.
Wymieszać łyżką i podawać od razu, gdyż jabłko się bardzo szybko utlenia.

Korzyści: Niezwykle bogate w witaminę C kiwi doskonale wzmacnia organizm.

Inny pomysł: Jeżeli sok jest zbyt kwaśny, można dodać trochę miodu lub cukru trzcinowego. Kiwi można zastąpić ogórkiem lub gałązką selera.

Porada Robot-Coupe: Użycie sokowirówki Robot-Coupe nie wymaga uprzedniego krojenia średniej wielkości jabłek, ani usuwania gniazd nasiennych lub ogryzków.

robot coupe®

SŁODKI GREJPFRUT

Wiosna, Wzmacniający, Antyoksydant, Przeciwcholesterolowy

Na
3
Szklanki

Składniki:
250 g pomarańczy
250 g grejpfruta
250 g truskawek

Przygotowanie: Obrać pomarańcze i grejpfruty ze skórki, aby usunąć gorycz. Umyć truskawki nie usuwając szypułek. Przepuścić wszystko przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra.
Dobrze wymieszać i rozlać sok do szklanek.

Korzyści: Grejpfruty i pomarańcze są szczególnie bogate w witaminę C.

Inny pomysł: Jeżeli sok jest zbyt kwaśny, można dodać trochę miodu lub cukru trzcinowego.

!

Porada Robot-Coupe: Przepuścić obrane ze skórki owoce cytrusowe w całości bez uprzedniego krojenia.

robot coupe®

KOKTAJL ORIENTALNY

Zima, Wzmacniający, Stymulujący, Przeciw zmęczeniu

Na
3
Szklanki

Składniki:
½ ananasa
3 pomarańcze
1 łyżeczka ekstraktu z wanilii

Przygotowanie: Obrać owoce cytrusowe i ananasa. Przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra przepuścić najpierw ananasa, a następnie owoce cytrusowe.
Wymieszać ekstrakt waniliowy z sokiem i podawać przygotowany napój w małych kieliszkach do wódki.

Korzyści: Wanilia jest uznana jako środek stymulujący. Zapobiega zmęczeniu intelektualnemu i fizycznemu. Jest również zalecana na bezsenność.

Inny pomysł: Zastąpić pomarańcze mleczkiem kokosowym.

!

Porada Robot-Coupe: Obrać owoce cytrusowe ze skórki, aby usunąć gorycz. Przepuszczać je przez sokowirówkę całe bez uprzedniego krojenia.

robot coupe®

KLASYCZNY

Zima, Wzmacniający, Ekonomiczny, Dobry wygląd

Na 3 Szklanki

Składniki:
4 marchewki
3 jabłka
1 cytryna

Przygotowanie: Obrać cytrynę ze skórki. Obieranie marchwi jest zbędne, wystarczy je umyć szczotką. Przepuścić przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra marchew, jabłka i cytrynę.
Dobrze wymieszać i podawać.

Korzyści: Bogate w witaminę C jabłko pozwala zmniejszyć poziom cholesterolu.

Inny pomysł: Jabłka można zastąpić gruszkami.

Porada Robot-Coupe: Użycie sokowirówki Robot-Coupe nie wymaga uprzedniego krojenia średniej wielkości jabłek! Używać najlepiej jabłek odmiany Golden, gdyż są najbardziej soczyste.

robot coupe®

SMOOTHIE BANANOWO-TRUSKAWKOWE

Na
4
Szklanki

Składniki:
250 g truskawek
2 banany
2 jogurty naturalne
4 łyżeczki syropu klonowego

Dodatkowy sprzęt: Blender

Przygotowanie: Umyć truskawki i obrać banany ze skórki. Przygotować sok truskawkowy w sokowirówce bezpośrednio w pojemniku blendera. Wlać następnie do blendera przygotowany sok bananowy, jogurty i syrop klonowy. Zmiksować w robocie przez 1 min. w celu otrzymania napoju o gładkiej i jednolitej konsystencji.
Podawać zaraz po przygotowaniu.

Korzyści: Bogaty w węglowodany banan jest owocem wysoko energetycznym. Pozwala na szybsze odzyskanie sił po wysiłku.

!

Inny pomysł: Banany można zastąpić pomarańczami, a truskawki jagodami lub innymi czerwonymi owocami.

robot coupe®

MELON

Lato, Odmładzający, Trawienie, Witamina A

Na
3
Szklanki

Składniki:
400 g zielonego melona
1 jabłko Granny-smith
½ cytryny

Przygotowanie: Z melona zdjąć skórkę i pokroić go na duże kawałki. Obrać cytrynę ze skórki. Przepuścić przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra melon, połowa cytryny i jabłko.
Wymieszać łyżką i podawać od razu. Aromatyzować kilkoma listkami mięty.
Pomysł na dekorację: Udekorować małymi kostkami melona wyciętymi przy pomocy szatkownicy do warzyw Robot-Coupe (używać wyposażenia do krojenia w kostki 8 x 8 x 8 mm).

Korzyści: Melon korzystnie wpływa na układ trawienia. Jego bardzo aromatyczny sok doskonale się nadaje do kwaskowych owoców.

Inny pomysł: Melon można zastąpić brzoskwiniami.

Porada Robot-Coupe: Przed przepuszczeniem przez sokowirówkę owoce i warzywa o grubej skórce należy obrać (przykład: arbuz) i usunąć z nich duży pestki (przykład: melon). W przypadku użytkowania brzoskwiń zawsze usunąć pestki.

robot coupe®

GRUSZKA-MELON Z KURKUMĄ

Lato, trawienie, Wzmacniający, Korzenny

Na
4
Szklanki

Składniki:
400 g żółty melon
1 grejpfrut
½ gruszka
½ jabłko Golden
1 cienki plasterek imbiru
½ łodygi palczatki cytrynowej
1 szczypta kurkumą

Przygotowanie: Obrać melona i grejpfruta. Przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra przepuścić kolejno jabłko, imbir, łodygę palczatki cytrynowej, gruszkę, melona i grejpfruta. Dobrze wymieszać i rozlać do czterech szklanek.

Pomysł na dekorację: Udekorować szklanki cienkimi plasterkami gruszki wyciętymi za pomocą szatkownicy do warzyw Robot-Coupe (używać tarczy do plastrów 1 mm).

Korzyści: Imbir jest niezwykle korzystny dla zdrowia. Podobnie jak palczatka cytrynowa wspomaga trawienie i zapobiega chorobom układu krążenia.

Porada Robot-Coupe: Przed przepuszczeniem przez sokowirówkę owoce i warzywa o grubej skórce należy obrać (przykład: arbuz) i usunąć z nich duży pestki (przykład: melon).

robot coupe®

JABŁKO-SELER

Jesień-Zima, przeciwstresowy, Wzmacniający

Na
4
Szklanki

Składniki:
4 zielonych jabłka Granny
2 nacie selera
1 cienki plasterek imbiru
½ żółta cytryna
sól

Przygotowanie: Owoce i warzywa dokładnie umyć. Przez sokowirówkę J 80 Ultra/J 100 Ultra przepuścić kolejno selera, imbir i zielone jabłka. Dodać szczyptę soli. Podawać od razu, aby zachować wszystkie witaminy. *Pomysł na dekorację: Udekorować szklanki cienkimi plasterkami jabłka wyciętymi za pomocą szatkownicy do warzyw Robot-Coupe (używać tarczy do plastrów 1 mm).*

Korzyści: Sok jabłko i seler pozwala zmniejszyć poziom stresu i walczy z bezsennością.

Inny pomysł: Jabłka można zastąpić gruszkami.

robot coupe®

CZERWONY KOKTAJL

Jesień, Energetyczny, Wzmacniający, Oczyszczający

Na 4 Szklanki

Składniki:
1 burak dobrze umyty
2 marchewki
2 małych kiści czerwonych winogron,
2 jabłka Granny
Pieprz Cayenne

Przygotowanie: Oberwać winogrona z kiści. Włożyć buraka i owoce do sokowirówki J80 Ultra/J 100 Ultra.
Doprawić pieprzem Cayenne i podawać bardzo schłodzonym.
Pomysł na dekorację: Udekorować szklanki kawałkiem mini-buraka.

Korzyści: Energetyczny i oczyszczający sok z buraków bardzo korzystnie wpływa na regenerację krwi. Winogrona dostarczają dużą ilość energii.

!

Porada Robot-Coupe: Obieranie marchewki nie jest konieczne. Można przepuścić całe marchewki, po 2 lub po 3.

robot coupe®

SHOOT SZPARAGOWY

Składniki:
1 kg szparagów
1 szczypta papryczki Espelette
1 szczypta soli morskiej Fleur de Sel

Przygotowanie: Obrać szparagi i usunąć twarde końcówki.
Przepuścić je bezpośrednio przez sokowirówkę.
Przyprawić całość małą ilością papryczki Espelette i szczypta soli morskiej Fleur de Sel.

Pomysł na dekorację: Do soku podawać na wpół ugotowanego łososia i zielony makaron szpinakowy tagliatelle.

Korzyści: Szparagi mają właściwości oczyszczające i moczopędne.

Inny pomysł: Ten sok szparagowy można dodawać do sosu do potraw z ryb lub białego mięsa.

robot coupe®

PODSUMOWANIE

KOKTAJLE robot coupe®

Ikantna brzoskwinia 2

Arbuz z miodem 4

Wzmacniająca marchewka 6

Ogórek z mlekiem 8

Czerwony cukierek 10

Jabłko-kiwi 12

Słodki grejpfrut 14

Koktajl orientalny 16

Klasyczny 18

Smoothie bananowo-truskawkowe 20

Melon 22

Gruszka-melon z kurkumą 24

Jabłko-seler 26

Czerwony koktajl 28

Shoot szparagowy 30

SOKOWIRÓWKA J 100 ULTRA

Specjalnie do intensywnego użytku

JEDYNA SOKOWIRÓWKA
AUTOMATYCZNA

robot coupe®

SPRZĘT WYTWARZANY WE FRANCJI
PRZEZ ROBOT-COUPE SP.J.

Dyrekcja Generalna Francja
Dział międzynarodowy i marketing :
Tel.: + 33 1 43 98 88 33 - Fax: + 33 1 43 74 36 26
email : international@robot-coupe.com
www.robot-coupe.com

www.robot-coupe.com

Polonais - Réf. : 450 602 - 11/2010