

Betty Bossi

Les délices du mixeur blender!



Le coup de pouce gourmand

Blender chauffant, 1.75 l

Chère lectrice, cher lecteur,
Nous vous félicitons d'avoir choisi le blender chauffant 1.75 l. L'équipe développement produits Betty Bossi se met en quatre pour vous proposer des ustensiles de cuisine utiles et innovants avec la fameuse garantie de réussite Betty Bossi. Votre satisfaction est dès lors notre principal objectif. Nous sommes convaincus que le blender chauffant 1.75 l saura vous enthousiasmer. Et pour que vous puissiez vous lancer sans attendre, nous avons concocté d'épatantes idées de recettes.

Nous vous laissons au plaisir de confectionner de délicieuses préparations mixées.

Bien cordialement,



Soupe carottes-gingembre	4
Soupe de tomates, lard et croûtons	6
Soupe de brocoli et streusel d'olives	8
Soupe d'orge grisonne	10
Soupe de lentilles au curry	12
Gaspacho	14
Drink à l'amande	16

Blender chauffant, 1.75 l (n° d'art. 25806). Lave-vaisselle autorisé pour les joints en silicone et le bol en verre. Lave-vaisselle interdit pour les lames et le socle de l'appareil. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récurer, ni ouate d'acier.

Mode d'emploi

Mise en service

Veillez consulter le mode d'emploi livré avec le blender chauffant 1.75 l pour des informations détaillées sur son utilisation et son nettoyage.



Sélection du programme



Programme «Ice»: programme sans fonction de chauffage. Durée: 1½ min



Touche Pulse



Programme «Végane»: programme sans fonction de chauffage. Durée: 2 min 10 s



Touche Start/Pause



Sélection du programme «Chauffage»



Programme pour mixer: si aucun programme n'est activé, il est possible de choisir entre 10 vitesses différentes. Durée: 1 min



Programme «Chauffage»: chauffe à env. 60° C, sans mixer.



Programme «Soupes épaisses»: programme de cuisson. Durée: 30 à 60 min



Programme «Chauffage»: chauffe à env. 80° C, sans mixer.



Programme «Soupes onctueuses»: programme de cuisson. Durée: 30 à 60 min



Programme «Chauffage»: chauffe à env. 100° C, sans mixer.

Remarque: l'appareil ne fonctionne que si le couvercle repose correctement sur le bol en verre.



Soupe carottes-gingembre

 10 min + 30 min de cuisson

 végétarienne

 minceur

 sans lactose

Pour env. 1¼ litre

1 oignon
400 g de carottes
2 cm de gingembre
8 dl de bouillon
de légumes
½ c. s. d'huile d'olive

Peler oignon, carottes et gingembre, couper en gros morceaux, mettre dans le bol en verre. Verser le bouillon et l'huile, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Soupes onctueuses» (voir mode d'emploi). La soupe est préparée.

40 g de noix de cajou
20 g de panko
½ bouquet
de coriandre

Hacher grossièrement les noix de cajou, faire griller à sec dans une poêle antiadhésive avec le panko, laisser tiédir. Ciseler la coriandre et l'incorporer. Dresser la soupe, parsemer du mélange aux noix de cajou.

Suggestion: remplacer la coriandre par du cerfeuil ou du persil.

Remarque: le panko est une chapelure d'origine japonaise faite de pain blanc sans croûte. Il est plus léger et moins fin que la chapelure ordinaire, ce qui le rend bien plus croustillant.

1dl: 46 kcal, lip 2 g, glu 4 g, pro 1 g





Soupe de tomates, lard et croûtons

 10 min + 30 min de cuisson

 minceur

 sans lactose

Pour env. 1¼ litre

1 oignon rouge	Peler l'oignon et l'ail, couper en gros morceaux avec les tomates, mettre dans le bol en verre. Verser le bouillon et l'huile, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Soupes onctueuses» (voir mode d'emploi). La soupe est préparée.
1 gousse d'ail	
700 g de tomates	
3 dl de bouillon de légumes	
1 c. s. d'huile d'olive	

4 tranches de pain de mie (env. 100 g)	Couper les tranches de pain en bâtonnets, et le lard en lanières. Bien faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive. Faire rissoler le pain et le lard env. 3 minutes.
80 g de tranches de lard	
1 c. s. d'huile d'olive	

2 brins de basilic	Dresser la soupe, effeuiller le basilic, répartir dessus, servir le lard et les croûtons à part.
---------------------------	--

1dl: 81kcal, lip 5 g, glu 6 g, pro 2 g





Soupe de brocoli et streusel d'olives

 10 min + 30 min de cuisson

 végétarien

 minceur

Pour env. 1¼ litre

1 échalote	Peler l'échalote et la couper en gros morceaux, séparer le brocoli en petits bouquets, peler le tronc et le couper en tranches, mettre dans le bol en verre avec les épinards. Verser le bouillon, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Soupes onctueuses» (voir mode d'emploi). La soupe est préparée.
1 brocoli (d'env. 300 g)	
40 g de pousses d'épinards	
8 dl de bouillon de légumes	
20 g d'olives noires dénoyautées	Couper les olives en rouelles, hacher grossièrement les noisettes, bien faire chauffer le beurre dans une poêle antiadhésive. Faire rissoler lentement les noisettes et les olives, saler. Dresser la soupe, parsemer de streusel d'olives.
50 g de noisettes	
10 g de beurre	
1 pincée de sel	

1 dl: 47 kcal, lip 4 g, glu 1 g, pro 2 g





Soupe d'orge grisonne

 15 min + 30 min de cuisson

 minceur

Pour env. 1¼ litre

- 1 oignon
- 100 g de carottes
- 100 g de céleri-rave
- 100 g de poireau
- 40 g de viande des Grisons en tranches
- 80 g d'orge perlé
- 6 dl de bouillon de bœuf
- 2 dl de crème entière

Peler l'oignon et le hacher finement. Peler les carottes et le céleri, les tailler en brunoise avec le poireau. Couper la viande des Grisons en fines lanières, mettre dans le bol en verre avec les légumes et l'orge perlé. Verser le bouillon et la crème, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Soupes épaisses» (voir mode d'emploi). La soupe est préparée.

½ botte de ciboulette

Dresser la soupe, ciseler la ciboulette, parsemer.

Suggestion: remplacer la viande des Grisons par du tofu fumé, couper celui-ci en petits dés, ajouter à la soupe, le temps de bien faire chauffer.

1 dl: 93 kcal, lip 6 g, glu 6 g, pro 3 g



Soupe de lentilles au curry

 10 min + 30 min de cuisson

 végétarien

 minceur

Pour env. 1½ litre

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 petit chou-fleur
(d'env. 400 g)

- 1½ c. s. de curry doux
- ¼ de c. c. de curcuma
- 100 g de lentilles corail
- 8 dl de bouillon
de légumes

Peler l'oignon et l'ail, hacher finement. Séparer le chou-fleur en petits bouquets, mettre dans le bol en verre avec curry, curcuma et lentilles. Verser le bouillon, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Soupes épaisses» (voir mode d'emploi). La soupe est préparée.

- 50 g de cacahuètes
salées
- 180 g de yogourt nature

Dresser la soupe, hacher grossièrement les cacahuètes, répartir sur la soupe avec le yogourt.

1 dl: 61kcal, lip 2 g, glu 5 g, pro 4 g





Gaspacho

15 min

végétarienne

minceur

Pour env. 1½ litre


1 oignon	Peler l'oignon et l'ail, épépiner le piment, couper en gros morceaux. Couper le poivron en quatre, épépiner, tailler ¼ en brunoise et réserver, couper le reste en gros morceaux. Couper ¼ du concombre en brunoise et réserver, couper le reste en gros morceaux avec la tomate et le pain de mie, mettre dans le bol en verre. Effeuille le basilic, ajouter avec le concentré de tomate et les glaçons, verser le bouillon et l'huile, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Ice» (voir mode d'emploi). La soupe est préparée.
1 gousse d'ail	
1 piment mi-fort rouge	
1 poivron rouge	
1 concombre (d'env. 400 g)	
1 tomate	
40 g de pain de mie	
2 brins de basilic	
1 c. s. de concentré de tomate	
8 glaçons	
2 dl de bouillon de légumes	
1 c. s. d'huile d'olive	
½ botte de ciboulette	Dresser la soupe, ciseler la ciboulette, répartir dessus avec la brunoise de poivron et de concombre réservée.




1 dl: 27 kcal, lip 1 g, glu 3 g, pro 1 g





Drink à l'amande

 15 min + 12 h de trempage

 végétal  sans gluten  sans lactose

Pour env. 6 dl

200 g d'amandes (bio) Mettre les amandes dans un grand bol, arroser avec l'eau froide, faire tremper
6 dl d'eau froide env. 12 h ou toute une nuit à couvert au réfrigérateur. Rincer les amandes sous l'eau froide dans une passoire, égoutter.

6 dl d'eau froide Mettre les amandes dans le bol en
2 pincées de sel verre avec l'eau froide et le sel, poser le couvercle. Sélectionner le programme «Végane» (voir mode d'emploi). Le drink est préparé. Filtrer la purée d'amande dans une passoire tapissée d'une étamine, bien essorer, verser le liquide recueilli dans une bouteille à fermeture mécanique propre et rincée à l'eau bouillante, bien fermer et garder au réfrigérateur.

Conservation: au réfrigérateur, le drink à l'amande se garde env. 3 jours.

Suggestion: pour le petit-déjeuner, édulcorer de miel liquide ou parfumer de cannelle ou de vanille moulu.

1dl: 148 kcal, lip 12 g, glu 1 g, pro 6 g

