



## Inhaltsverzeichnis

---

Wichtige Sicherheitshinweise.....	2
KitchenAid® Standmixer/Blender-Garantie für den Haushalt in Europa .....	3
Wenn Sie Wartungsleistungen oder Hilfe benötigen.....	4
Kundendienststellen.....	5
Kundenservice.....	5
Inanspruchnahme von Wartungsleistungen im übrigen Teil Europas, im Mittleren Osten und in Afrika .....	5
Elektrische Voraussetzungen.....	6
Merkmale des Standmixers/Blenders .....	7
Zusammenbau des Standmixers/Blenders .....	8
Betrieb des Standmixers/Blenders.....	10
Geschwindigkeitsauswahl.....	12
Pflege und Reinigung.....	13
Standmixer/Blender-Tips.....	14
Rezepte.....	16
Getränke und Cocktails .....	16
Nachspeisen.....	17
Suppen.....	18
Hauptgerichte .....	19
Dressing und Garnierungen.....	20
Babynahrung.....	21

**ACHTUNG:** DIESES GERÄT ZEICHNET SICH DURCH EINE SPEZIELLE BEHÄLTER- UND MESSERKONSTRUKTION AUS. LESEN SIE SICH BITTE, UM BESTMÖGLICHE ERGEBNISSE ZU ERZIELEN, DIESE ANLEITUNGEN UND REZEPTE DURCH, BEVOR SIE IHREN NEUEN KITCHENAID® MIXER ZUM ERSTEN MAL EINSETZEN.



# WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Bei der Benutzung elektrischer Geräte sollten stets grundlegende Sicherheitsvorkehrungen getroffen werden, um das Risiko von Bränden, Elektroschocks und/oder Körperverletzungen zu verringern.

1. Lesen Sie alle Anleitungen genau durch.
2. Um sich gegen das Risiko von Elektroschocks zu schützen, setzen Sie das Basisteil nie ins Wasser oder in andere Flüssigkeiten.
3. Die Inbetriebnahme des Gerätes sollte nur unter Aufsicht vorgenommen werden, insbesondere wenn Kleinkinder und körperlich eingeschränkte Personen in der Nähe sind.
4. Ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose, wenn das Gerät nicht in Gebrauch ist, bevor Sie Teile befüllen oder abnehmen, sowie vor dem Reinigen des Geräts.
5. Vermeiden Sie es, mit beweglichen Teilen in Kontakt zu kommen.
6. Betreiben Sie den Standmixer/Blender nicht, wenn das Netzkabel oder der Stecker beschädigt sind, nachdem das Gerät Fehlfunktionen hatte, es fallengelassen wurde oder wenn es auf andere Art beschädigt wurde. Übergeben Sie das Gerät zur Überprüfung, Reparatur oder elektrischen bzw. mechanischen Neueinstellung an das nächstgelegene autorisierte Wartungszentrum.
7. Die Benutzung von Zusatzteilen, einschließlich Einweckgläsern, die nicht vom Hersteller empfohlen wurden kann Risiken für Körperverletzungen bergen.
8. Benutzen Sie das Gerät nicht im Freien.
9. Lassen Sie das Netzkabel nicht über die Tischkante oder die Kante von Anrichten hängen.
10. Fassen Sie beim Mixen nicht in den Behälter, und geben Sie beim Mixen keine Kochgeschirteile in den Behälter, um das Risiko schwerer Personenschäden oder Schäden am Standmixer/Blender zu verringern. Ein Schaber kann eingesetzt werden, allerdings nur, wenn der Standmixer/Blender nicht in Betrieb ist.
11. Die Messer sind scharf. Gehen Sie vorsichtig mit diesen um.
12. Um das Risiko von Verletzungen zu verringern, setzen Sie die Schneidbaugruppenmesser nie auf das Basisteil, ohne den Behälter vorher sorgfältig zu befestigen.
13. Betreiben Sie den Standmixer/Blender nur mit sicher befestigter Abdeckung.
14. Nehmen Sie beim Mixen heißer Flüssigkeiten das Mittelstück der zweiteiligen Abdeckung heraus.
15. Dieses Produkt ist nur für den Haushaltsgebrauch bestimmt.

## HEBEN SIE DIESE ANLEITUNGEN GUT AUF

In Übereinstimmung mit den Anforderungen der Europäischen Richtlinie 2002/96/EG über Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE) ist vorliegendes Gerät mit einer Markierung versehen. Sie leisten einen positiven Beitrag für den Schutz der Umwelt und die Gesundheit des Menschen, wenn Sie dieses Gerät einer gesonderten Abfallsammlung zuführen. Im unsortierten Siedlungsmüll könnte ein solches Gerät durch unsachgemäße Entsorgung negative Konsequenzen nach sich ziehen.

Auf dem Produkt oder der beiliegenden Produktdokumentation ist folgendes Symbol



■ einer durchgestrichenen Abfalltonne abgebildet. Es weist darauf hin, dass eine Entsorgung im normalen Haushaltsabfall nicht zulässig ist. Entsorgen Sie dieses Produkt im Recyclinghof mit einer getrennten Sammlung für Elektro- und Elektronikgeräte.



Die Entsorgung muss gemäß den örtlichen Bestimmungen zur Abfallbeseitigung erfolgen.

Bitte wenden Sie sich an die zuständigen Behörden Ihrer Gemeindeverwaltung, an den lokalen Recyclinghof für Haushaltsmüll

oder an den Händler, bei dem Sie dieses Gerät erworben haben, um weitere Informationen über Behandlung, Verwertung und Wiederverwendung dieses Produkts zu erhalten.

**Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer Personen sind sehr wichtig.**

Wir haben in diesem Handbuch und auf Ihrem Gerät zahlreiche wichtige Sicherheitshinweise aufgeführt. Lesen und befolgen Sie stets alle Sicherheitshinweise.



Dies ist das Warnzeichen für Sicherheitshinweise.

Dieses Symbol warnt Sie vor möglichen Gefahrenquellen, die für Sie und andere Personen tödliche Verletzungen oder Körperverletzungen zur Folge haben könnten.

Das Warnzeichen für Sicherheitshinweise und, oder das Wort "GEFAHR" oder "WARNUNG" geht allen Sicherheitshinweisen voraus. Diese Worte bedeuten:



**Sie können tödliche oder schwere Verletzungen erleiden, wenn Sie den Anleitungen keine Folge leisten.**



Alle Sicherheitshinweise weisen auf die mögliche Gefahrenquellen, und zeigen Ihnen an, wie das Risiko der Verletzung verringert werden kann und führen auf, was geschehen kann, wenn den Anleitungen nicht Folge geleistet wird.

**KitchenAid® Standmixer/Blender-Garantie für den Haushalt in Europa.**

<b>Garantieperiode:</b>	<b>KitchenAid erstattet die Kosten für:</b>	<b>KitchenAid übernimmt keine Kosten für:</b>
DREI JAHRE VOLLE GARANTIE gerechnet ab Kaufdatum (nur für Hausgebrauch geeignet).	Ersatzteile und Reparatur-Arbeitskosten, um Defekte in Material und Verarbeitung zu beheben. Die Wartungsleistungen müssen von einem autorisierten KitchenAid Kundendienstzentrum durchgeführt werden.	A. Reparaturen an der Standmixer/Blender die für andere Zwecke als für die normale Speisezubereitung eingesetzt werden. B. Reparaturen von Schäden, die durch Unfälle, Abänderungen, falsche bzw. missbräuchliche Verwendung der Installation und Betrieb unter Verletzung der geltenden elektrischen Vorschriften verursacht wurden.

**KITCHENAID ÜBERNIMMT KEINERLEI HAFTUNG FÜR NEBEN- ODER FOLGEKOSTEN.**

Änderungen der Spezifikationen ohne vorherige Benachrichtigung vorbehalten.



## Wenn Sie Wartungsleistungen oder Hilfe benötigen

BEWAHREN SIE EINE KOPIE DER VERKAUFSQUITTUNG AUF, DIE DAS DATUM DES KAUFES ENTHÄLT. DER NACHWEIS DES KAUFES SICHERT IHNEN SERVICELEISTUNGEN WÄHREND DER GARANTIE ZU.

**Sollte Ihr Standmixer/Blender nicht richtig oder überhaupt nicht funktionieren, prüfen Sie bitte die folgenden Punkte:**

- Ist der Standmixer/Blender mit dem Stromnetz verbunden?
- Funktioniert die Sicherung im Stromkreislauf zum Standmixer/Blender? Wenn Sie einen Stromunterbrechungsschalter haben, überzeugen Sie sich, daß der Stromkreis geschlossen ist.
- Versuchen Sie, den Standmixer/Blender vom Stromnetz zu trennen und 15 bis 20 Minuten zu warten, bevor Sie den Netzstecker erneut in die Steckdose stecken.
- Liegt das Problem nicht an einem der oben genannten Punkte, lesen Sie bitte den Abschnitt "Kundendienststellen" auf Seite 5.

- Für Informationen, wie man Wartungsleistungen auf lokaler Ebene in Anspruch nehmen kann, sprechen Sie vor Ort bitte Ihren KitchenAid-Händler oder das Geschäft an, in dem Sie den Mixer erworben haben.

**! WARNUNG**



**Stromschlaggefahr**

**Vor Wartungsarbeiten  
Netzstecker ziehen.**

**Nichtbeachtung kann zum  
Stromschlag oder Tod führen.**



## Kundendienststellen

---

Sämtliche Kundendienstleistungen können nur durch ein örtliches, autorisiertes KitchenAid Servicecenter durchgeführt werden. Der Händler, von dem Sie das Gerät gekauft haben, kann Ihnen das nächste KitchenAid Servicecenter nennen.

### **In Deutschland wenden Sie sich an:**

Kurt Klauke :

In der Halle 7,

33378 RHEDA-WIEDENBRÜCK

Tel : 05242-966 999

Holländer Elektro :

Flinschstr. 35,

60388 FRANKFURT

Tel : 069-499 0131

## Kundenservice

---

Hotline: 00800 38104026

Adresse : KitchenAid Europa, Inc.

Postfach 19

B-2018 ANTWERPEN 11

BELGIEN

[www.KitchenAid.com](http://www.KitchenAid.com)

## Inanspruchnahme von Wartungsleistungen im übrigen Teil Europas, im Mittleren Osten und in Afrika.

---


Um Wartungsleistungen anzufordern wenden Sie sich bitte an Ihren lokalen KitchenAid Händler oder das Geschäft, in dem das Produkt gekauft wurde.



## Elektrische Voraussetzungen

220-240 V  
50-60 Hz Wechselstrom.  
2.4 A

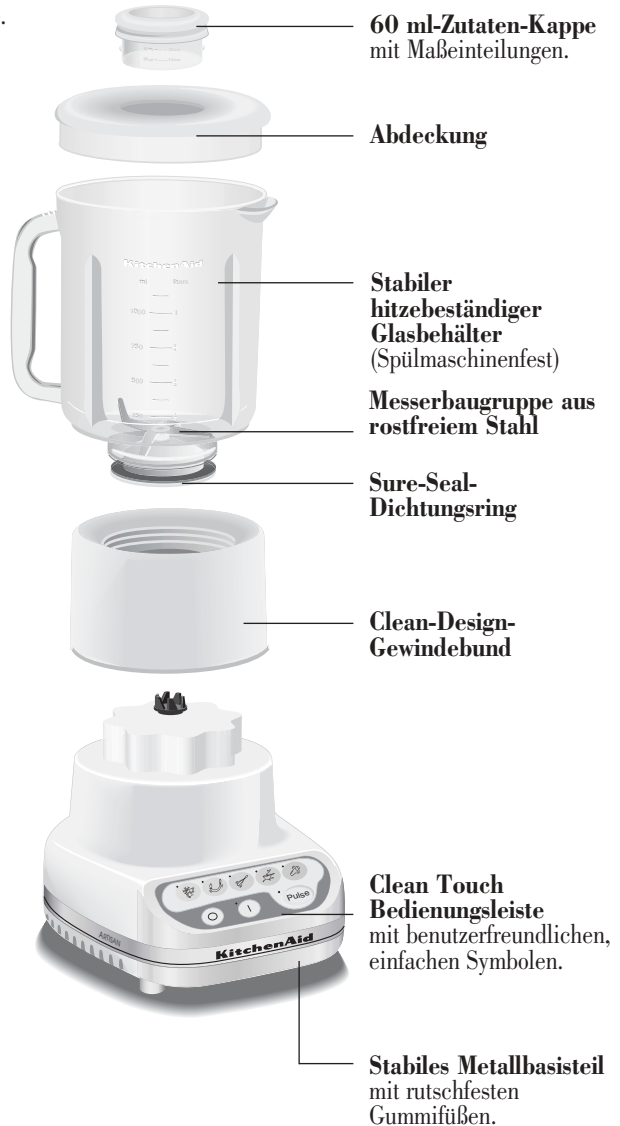
Dieses Produkt ist mit einem Y-Netzkabel ausgestattet. Falls das Kabel beschädigt wird, muß es vom Hersteller oder dessen Service-Vertretung ausgewechselt werden, um eine Gefahr zu vermeiden.

<b>! WARNUNG</b>

<b>Stromschlaggefahr</b> <b>Schukostecker benutzen.</b> <b>Erdungskontakt nicht beseitigen.</b> <b>Keinen Adapter benutzen.</b> <b>Nichtbeachtung dieser Instruktionen kann zum Stromschlag, Feuer oder Tod führen.</b>



## Merkmale des Standmixers/Blenders

KitchenAid Qualität bedeutet, daß der Standmixer/Blender für optimale Leistung und eine lange, problemlose Lebensdauer entsprechend des KitchenAid Qualitätsstandards hergestellt und getestet wurde.



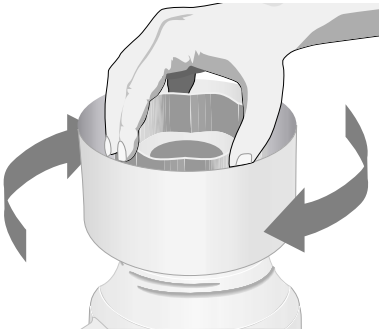


## Zusammenbau Ihres Standmixers/Blenders

1. Waschen Sie das Basisteil vor dem Zusammenbau des Standmixers/Blenders mit einem warmen, seifigen Lappen ab, und wischen Sie es dann mit einem feuchten Tuch sauber. Trocknen Sie das Teil mit einem trockenen Tuch ab.

**HINWEIS:** Tauchen Sie das Basisteil nicht ins Wasser. Waschen Sie den Mixerbehälter, den Bund und die Messer in der Spülmaschine oder mit der Hand in warmen, seifigen Wasser. Wenn Sie mit der Hand spülen, vergessen Sie nicht nachzuspülen und alle Teile abzutrocknen. Der Deckel ist nicht spülmaschinengeeignet!

2. Stellen Sie den Mixerbehälter auf den Kopf und drehen Sie den Bund auf den Behälter. Stellen Sie sicher, dass die Gewingegänge richtig und sicher ineinander passen. Drehen Sie den zusammengesetzten Mixerbehälter wieder um.



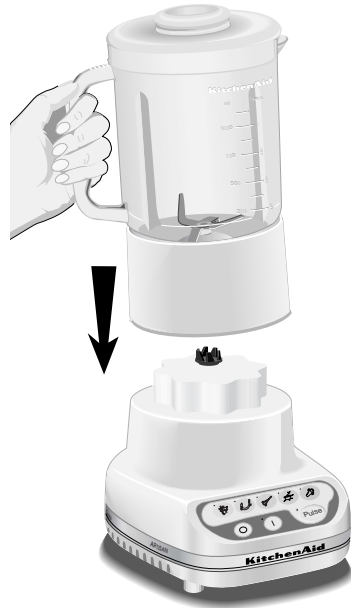
3. Setzen Sie den Deckel auf den Mixerbehälter.



4. Wenn Sie das Netzkabel verkürzen möchten, wickeln Sie es auf und bringen Sie es im dafür vorhergesehenen Stauraum auf der Unterseite der Basis unter.




5. Setzen Sie den Behälter wieder auf seine Basis.



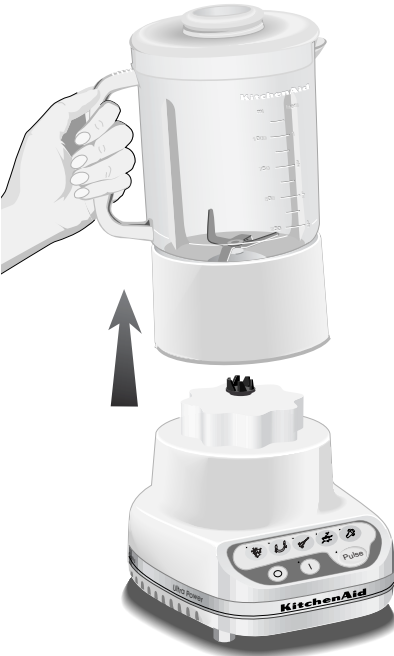




## Zusammenbau Ihres Standmixers/Blenders

6. Stecken Sie den Netzstecker in eine geerdete Steckdose. Der Standmixer/Blender ist nun einsatzbereit.
7. Bevor Sie den Behälter nach der Verwendung vom Basisteil entfernen, drücken Sie stets die  Taste. Stellen Sie sicher, dass die blinkende grüne Lampe aus ist, und ziehen Sie dann den Netzstecker. Heben Sie den Behälter mit dem Bund gerade nach oben hin ab, **ohne das Teil dabei zu drehen**. Wenn der Behälter gedreht wird obwohl er noch auf der Basis steckt, kann sich der Bund lockern. Dies hat zur Folge, dass die Flüssigkeit, die sich im Behälter befindet, ausläuft.

**HINWEIS:** Betreiben Sie den Standmixer/Blender nur auf einer sauberen, trockenen Oberfläche.



### **WARNUNG**



**Stromschlaggefahr**

**Schukostecker benutzen.**

**Erdungskontakt nicht beseitigen.**

**Keinen Adapter benutzen.**

**Nichtbeachtung dieser Instruktionen kann zum Stromschlag, Feuer oder Tod führen.**



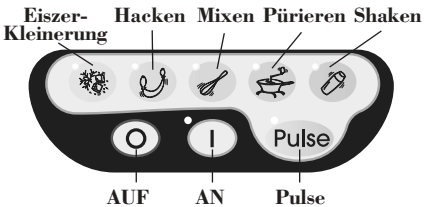
## Der Betrieb Ihres Standmixers/Blenders

**HINWEIS:** Während die grüne Lampe blinkt oder der Standmixer/Blender in Betrieb ist:

- Berühren Sie nicht die Messer.
- Behindern Sie nicht die Bewegung der Messer.
- Entfernen Sie nicht den Deckel des Mixerbehälters.

- Wenn die grüne Lampe blinkt, können schon das zufällige Berühren einer Geschwindigkeitstaste oder andere Umstände dazu führen, daß der Standmixer/Blender eingeschaltet wird.
- Wenn der Standmixer/Blender in Betrieb ist und das **I**-Licht blinkt, darf der Standmixer/Blender nicht benutzt werden. Übergeben Sie das Gerät an ein autorisiertes Wartungszentrum. (Ein leichtes Flickern ist allerdings normal.)
- Dieses Gerät sollte nur funktionieren, wenn eine Geschwindigkeitstaste gedrückt ist. Sollte das Gerät zu irgendeiner anderen Zeit laufen, drücken Sie sofort die **○**-Taste. Sollte dies passieren, darf der Standmixer/Blender nicht benutzt werden. Übergeben Sie das Gerät statt dessen an ein autorisiertes Wartungszentrum.

Der KitchenAid® Standmixer/Blender verfügt über zehn Geschwindigkeitskombinationen.



- Alle Geschwindigkeiten können mit **Pulse** kombiniert werden.
- Stellen Sie vor dem Betrieb des Mixers sicher, daß der Mixerbehälter richtig zusammengesetzt wurde (siehe Seite 8) und sicher in das Mixer-Basisteil eingepaßt wurde. Geben Sie die Zutaten in den Behälter, und setzen Sie

den Deckel fest auf.

- Drücken Sie die **I**-Taste. Die grüne Anzeigeleuchte sollte blinken, was anzeigt,



daß die Geschwindigkeitstasten aktiviert sind.

**HINWEIS:** Blinkt die grüne Anzeigeleuchte jetzt nicht, ziehen Sie den Netzstecker des Standmixers/Blenders, und übergeben Sie das Gerät an ein autorisiertes Wartungszentrum.



- Drücken Sie die gewünschte Geschwindigkeitstaste, um den fortlaufenden Betrieb bei dieser Geschwindigkeit einzustellen. Die Anzeigeleuchte wird glimmen, und die grüne Leuchte bleibt weiterhin an. Sie können die Geschwindigkeit ändern, ohne das Gerät anzuhalten, indem Sie auf eine neue Geschwindigkeitstaste drücken.
- Nehmen Sie die zentrale Zutatenkappe ab, wenn Sie warme oder heiße Flüssigkeiten mixen. Wählen Sie die **○** Geschwindigkeit.
- Drücken Sie die **○**-Taste, um den Standmixer/Blender auszuschalten. Die **○**-Taste wird den Standmixer/Blender bei jeder Geschwindigkeit anhalten und das Gerät gleichzeitig deaktivieren. Möchten Sie den Mixerbehälter herausnehmen, deaktivieren Sie den Standmixer/Blender durch das Drücken der **○**-Taste und dadurch, daß Sie den Netzstecker herausziehen.

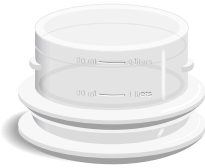
**HINWEIS:** Bearbeiten Sie Speisen nicht zu stark. Halten Sie den Standmixer/Blender an, und überprüfen Sie nach ein paar Sekunden die Festigkeit der Speisen.



## Der Betrieb Ihres Standmixers/Blenders

### ZUTATENKAPPE

Nehmen Sie die Kappe ab, und fügen Sie bei den Geschwindigkeiten  oder  die Zutaten zu. Bei höheren Geschwindigkeiten, einem vollen Behälter oder bei heißem Inhalt, stoppen Sie den Standmixer/Blender und fügen Sie die Zutaten erst dann hinzu.





### STEP START™ FUNKTION



Um Spritzen zu verhindern, last die Step Start™ den Standmixer/Blender automatisch mit einer niedrigeren Geschwindigkeit Funktionieren und wechselt dann rasch zur eingestellten Geschwindigkeit für beste Leistung.

### „PULS“-FUNKTION


Ihr KitchenAid® Standmixer/Blender hat eine „Puls bei jeder Geschwindigkeit“-Funktion.

- Stellen Sie vor dem Betrieb dem Betrieb des Standmixers/Blenders sicher, daß der Mixerbehälter richtig zusammengesetzt wurde (siehe Seite 8) und sicher in das Standmixer/Blender-Basisteil eingepaßt wurde. Geben Sie die Zutaten in den Mixerbehälter, und setzen Sie den Deckel fest auf.
- Drücken Sie die  -Taste. Die grüne Anzeigeleuchte sollte blinken, was anzeigt, daß der Standmixer/Blender aktiviert ist.
- Drücken Sie die  -Taste. Die Anzeigeleuchte über der Taste wird glimmen, was deutlich macht, daß sich alle Geschwindigkeitstasten im „Puls“-Modus befinden.



- Wählen Sie eine der Geschwindigkeitstasten und drücken Sie diese für den gewünschten Zeitraum (eine kurze Verzögerung beim Erreichen der gewählten Geschwindigkeit ist aufgrund der Step Start™ zu erwarten).
- Um die „Puls“-Funktion auszuschalten, drücken Sie einfach erneut die  -Taste. Der Standmixer/Blender ist nun für den fortlaufenden Betrieb bereit. Bevor Sie den Mixerbehälter herausnehmen, deaktivieren Sie den Standmixer/Blender, indem Sie die  -Taste drücken und den Netzstecker ziehen.



**HINWEIS:** Verwenden Sie einen Gummispatel, um die Zutaten zu verteilen. Tun Sie dies jedoch NUR, wenn der Standmixer/Blender auf  steht und der Netzstecker gezogen wurde. Verwenden Sie im Mixerbehälter nie Geschirrutensilien, einschließlich Spatel, während der Motor läuft.



## Geschwindigkeitsauswahl

Speise	Geschwindigkeit	Speise	Geschwindigkeit
Pfannkuchen-Rührteig .....		Dip.....	
Waffel-Rührteig.....		Rahmkäse-Aufstrich.....	
Gemüsesoße .....		Gemischtes Eisgetränk.....	
Fruchtsoße.....		Fruchtgetränk .....	
Salatdressing .....		Getränk auf der Basis von gefrorenem Joghurt.....	
Crème-Suppe.....		Sorbett-Getränk .....	
Obstpüree/Babynahrung.....		Eismilch-Getränk .....	
Fleischpüree/Babynahrung .....		Geriebener harter Käse .....	
Gemüseputee/Babynahrung .....		Fleischsoße.....	
Fleischsalat für Sandwich-Füllungen....		Weißer Soße .....	
Käsekuchen .....		Weicher Ricotta- oder Hüttenkäse .....	
„Fluffy“-Gelatine für Pasteten/ Nachspeisen .....		Haferbrei .....	
Mousse.....		Fruchtsaft aus gefrorenem Konzentrat .....	
Pesto.....		Zerkleinertes Gemüse .....	
Streuselgarnierung.....		Zerkleinertes Obst.....	<b>Pulse</b>
Pikante-Krümeln-Garnierung.....		Zerkleinertes Eis .....	
Sweet-Crunch-Garnierung.....		Zerdrücktes Eis .....	
Sweet-Crumb-Garnierung.....			

**Tip** - Eis kann bei allen Geschwindigkeiten zerkleinert werden. Verarbeiten Sie bis zu einer normalen Eisschale oder 12 bis 14 Normalwürfel auf einmal. Bei der Verarbeitung muß keine weitere Flüssigkeit zugesetzt werden.



## Pflege und Reinigung

**HINWEIS:** Tauchen Sie das Basisteil nicht ins Wasser.

### REINIGUNG DES MIXERBEHÄLTERS

#### Für eine oberflächliche Reinigung:

Füllen Sie den Behälter mit heißem Seifenwasser und lassen Sie den Standmixer/Blender 30 Sekunden lang laufen. Nehmen Sie den Behälter von der Basis, schütten Sie den Inhalt aus und spülen Sie den Behälter und den Deckel mit klarem Wasser. Trocknen Sie den Behälter und den Deckel ab. Der Behälter kann auch in der Spülmaschine gereinigt werden.

#### Für eine gründliche Reinigung:

1. Drehen Sie den Mixerbehälter um und entfernen Sie den Bund, indem Sie ihn gegen den Uhrzeigersinn drehen.
2. Heben Sie die Messerbaugruppe vom Behälter ab (Die Baugruppe kann allerdings nicht vollständig aus dem Behälter entfernt werden) und schaffen Sie einen Raum zwischen der Unterkante der Messerbaugruppe und dem Dichtungsring, indem Sie den Dichtungsring von der Kante wegziehen. Auf diese Art und Weise kann der Dichtungsring gründlich gereinigt werden.

3. Waschen Sie den Mixerbehälter, den Bund und die Messer in der Spülmaschine, oder mit der Hand in warmen, seifigen Wasser. Wenn Sie mit der Hand spülen, vergessen Sie nicht nachzuspülen und alle Teile abzutrocknen. Der Deckel ist NICHT spülmaschinengeeignet!

### REINIGUNG DES BASISTEILS UND DES NETZKABELS

1. Waschen Sie das Basisteil des Standmixers/Blenders mit einem feuchten Tuch sauber. Trocknen Sie das Teil mit einem trockenen Tuch ab. Verwenden Sie keine scheuernden Reinigungsmittel oder Scheuerschwämme.

**HINWEIS:** Tauchen Sie das Basisteil nicht ins Wasser.

2. Waschen Sie das Netzkabel mit einem warmen, seifigen Lappen ab, und wischen Sie es dann mit einem feuchten Tuch sauber. Trocknen Sie das Teil mit einem trockenen Tuch ab. Das Netzkabel kann im dafür vorhergesehenen Stauraum auf der Unterseite der Basis untergebracht werden.

**HINWEIS:** Setzen Sie die sauberen Bestandteile des Standmixers/Blenders immer richtig zusammen, bevor Sie sie auf das Basisteil aufsetzen.







## Standmixer/Blender-Tips

### SCHNELLE TIPS


- Verwenden Sie die „Puls“-Funktion, wenn Sie Getränke zubereiten, die Eiswürfel enthalten. Als Ergebnis erhalten Sie ein Getränk mit einer weicheren Struktur.
- Mixen Sie auf , wenn Sie große Getränkemengen mit viel Eis zubereiten. Für kleinere Mengen verwenden Sie .
- Kleinere Eiswürfel können schneller zerkleinert oder zerdrückt werden als große.
- Sie können in diesem Mixerbehälter größere Speisemengen verarbeiten als bei anderen Mixern – anstelle der üblichen Ein-Tassen-Portionen (250 ml) können Sie 2 bis 3 Tassen (500 bis 750 ml) in den Behälter geben.
- Für viele Zutatenmischungen beginnen Sie den Mixprozeß auf , um die Zutaten vollständig zu kombinieren. Passen Sie die Geschwindigkeit an wenn notwendig.
- Überzeugen Sie sich, daß die Abdeckung auf dem Mixerbehälter während des vorgangs fest aufgesetzt bleibt.
- Halten Sie mit der Hand die Abdeckung fest, während Sie Eis zerkleinern.
- Nehmen Sie, die mittlere Kappe der Abdeckung des Mixerbehälters ab, um Flüssigkeiten oder Eiswürfel zuzufügen, wenn der Standmixer/Blender auf die Geschwindigkeiten  oder  eingestellt ist. Bei höheren Geschwindigkeiten, einem vollen Behälter oder heißen Speisen muß der Standmixer/Blender angehalten werden. Geben Sie erst dann die Zutaten hinzu.
- Halten Sie den Standmixer/Blender an und ziehen Sie den Netzstecker, bevor Sie Utensilien in den Mixerbehälter geben.
- Kühlen Sie heiße Speisen vor dem Mixen ab. Mixen Sie heiße Speisen am Anfang auf . Erhöhen Sie die Geschwindigkeit, wenn nötig.
- Nehmen Sie die zentrale Zutatenkappe ab, wenn Sie warme oder heiße Flüssigkeiten mixen. Wählen Sie die  Geschwindigkeit.


### WIE MAN ...


**Gefrorenen Saft auflöst:** Bei einer 6-Unzen-Dose (177 ml) Orangensaft-Konzentrat kombinieren Sie den Saft und die richtige Wassermenge im Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Saft 20 bis 30 Sekunden lang auf , bis das Getränk vollständig gemischt ist.

Bei einer 12-Unzen-Dose (355 ml) kombinieren Sie den Saft und geben 1 Dose Wasser in den Mixerbehälter zu. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Saft 30 bis 40 Sekunden lang auf , bis das Getränk vollständig gemischt ist.


Rühren Sie die verbleibenden 2 Dosen Wasser auf  ein.

**Die aromatisierte Gelatine auflöst:** Gießen Sie kochendes Wasser in den Mixerbehälter. Fügen Sie Gelatine hinzu. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt ca. 1 Minute lang auf , bis er sich aufgelöst hat. Fügen Sie dann weitere Zutaten hinzu.

**Plätzchen- und Graham-Crackerkrümel zubereitet:** Brechen Sie größere Plätzchen in Stücke von ungefähr 1-½ Zoll (4 cm) Durchmesser auseinander. Kleinere Plätzchen können in Normalgröße verwendet werden. Geben Sie die Plätzchen in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie die Plätzchen auf . Verwenden Sie die Puls-Funktion einige Male, ca. 3 Sekunden bei jedem Einsatz, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist. Verwenden Sie die Krümel als schnelle Garnierung für gefrorenen Joghurt, Pudding oder Fruchtkompott.


Um feinere Krümel für Pasteten und Nachspeisen herzustellen, brechen Sie die Graham-Crackers oder Plätzchen in Stücke von ungefähr 1-½ Zoll (4 cm) Durchmesser. Geben Sie sie in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie auf . Verwenden Sie die Puls-Funktion einige Male, bis sich nach ca. 20 bis 30 Sekunden die gewünschte Festigkeit eingestellt hat.


**Crackerkrümel zubereitet:** Bitte folgen Sie den Regeln für Plätzchen. Verwenden Sie diese als Garnierung oder als Zutat im Hauptgericht-Kasserollen und Gemüsegerichten.


**Brotkrümel zubereitet:** Zerkleinern Sie das Brot in Stücke von ungefähr 1-½ Zoll (4 cm) Durchmesser. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt fünfmal, jeweils 3 Sekunden lang auf . Verwenden Sie die Brotkrümel auf dieselbe Weise wie die Crackerkrümel.





## Standmixer/Blender-Tips


**Zerkleinern Sie Obst und Gemüse:** Geben Sie 2 Tassen (400 g) Obst- oder Gemüsestücke in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, mixen Sie die Stücke auf , und verwenden Sie die Puls-Funktion einige Male, ca. 2 bis 3 Sekunden bei jedem Einsatz, bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist.


**Obstpüree:** Geben Sie 2 Tassen (450 g) gekochtes oder Dosenobst in den Mixerbehälter. Fügen Sie 2 bis 4 Eßlöffel (25 ml - 50 ml) Fruchtsaft oder Wasser pro Tasse (225 g) Obst hinzu. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie das Obst 5 bis 10 Sekunden lang auf .


**Gemüsepüree:** Geben Sie 2 Tassen (350 g) gekochtes- Dosengemüse in den Mixerbehälter. Fügen Sie 2 bis 4 Eßlöffel (25 ml - 50 ml) Brühe, Wasser oder Milch pro Tasse (175 g) Gemüsestücke hinzu. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie das Gemüse 10 bis 20 Sekunden lang auf .


**Fleischpüree:** Geben Sie das gekochte, in Würfel geschnittene zarte Fleisch in den Mixerbehälter. Fügen Sie 2 bis 4 Eßlöffel (25 ml - 50 ml) Brühe, Wasser oder Milch pro Tasse (175 g) Fleisch hinzu. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie die Fleischstücke 10 Sekunden lang auf . Halten Sie die Maschine an, und kratzen Sie die Seiten des Mixerbehälters ab. Setzen Sie die Abdeckung wieder auf, und mixen Sie weitere 10 bis 20 Sekunden lang auf .


**Hütten- oder Ricotta-Käsepüree:** Geben Sie den Hütten- oder Ricottakäse in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Käse 25 bis 35 Sekunden lang auf  bis er weich genug ist. Geben Sie, wenn notwendig, einen Eßlöffel (15 ml) entrahmte Milch pro Tasse (240 g) Hüttenkäse dazu. Verwenden Sie den Käse so als Grundlage für fettarme Dips und Aufstriche.


**Kombinieren Sie flüssige Zutaten für gebackene Speisen:** Gießen Sie die flüssigen Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie die Zutaten ungefähr eine Minute lang auf , bis diese gut vermischt sind. Gießen Sie die flüssige Mischung über die trockenen Zutaten, und rühren Sie gut um.


**Entfernen Sie die Klumpen aus der Fleischsoße:** Wenn die Soße oder Fleischsoße klumpig wird, geben Sie sie in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie die Soße 5 bis 10 Sekunden lang auf  bis sich die Klumpen aufgelöst haben.



**Kombinieren Sie Mehl und Flüssigkeit für Verdickungen:** Geben Sie das Mehl und die Flüssigkeit in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie die Mischung ca. 5 bis 10 Sekunden lang auf , bis sie geschmeidig ist.


**Bereiten Sie weiße Soße zu:** Geben Sie Milch, Mehl und, wenn gewünscht, Salz in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie die Zutaten 5 bis 10 Sekunden lang auf , bis sie gut gemischt sind. Gießen Sie die Mischung in den Kochtopf, und kochen Sie sie wie gewöhnlich.

**Bereiten Sie Pfannkuchen- oder Waffelrührteig (Instantteig) zu:** Geben Sie den Mix und andere Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 10 bis 20 Sekunden lang auf , bis er gut vermischt ist. Kratzen Sie Reste, wenn notwendig, von den Seiten des Mixerbehälters ab.

**Reiben Sie Käse:** Schneiden Sie sehr kalten Käse in ½- bis 1 Zoll (1,5 - 2,5 cm) große Würfel zurecht. Geben Sie bis zu einer ½ Tasse (88 g) Käse in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Käse 5 bis 10 Sekunden lang auf . Erwärmen Sie harten Käse, wie z.B. Parmesan, auf Zimmertemperatur, und mixen Sie ihn dann 10 bis 15 Sekunden lang auf .


**Bereiten Sie Haferbrei für ein Kleinkind zu:** Geben Sie die ungekochten, gerollten Haferstücke in den Mixerbehälter. Mixen Sie 5 bis 10 Sekunden lang auf , bis die gewünschte Festigkeit erreicht ist. Verwenden Sie dabei die **Pulse** - Taste. Kochen Sie danach wie gewöhnlich.

**Bereiten Sie Babynahrung zu:** Geben Sie das vorbereitete Essen in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt ca. 10 Sekunden lang auf . Mixen Sie dann 10 bis 30 Sekunden lang auf .

**Spülen Sie Ihren Mixerbehälter aus:** Füllen Sie den Mixerbehälter bis zu einem Drittel oder bis zur Hälfte mit warmem Wasser auf. Geben Sie ein paar Tropfen flüssige Geschirrspülmittel dazu. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie 5 bis 10 Sekunden lang auf , bis die Seiten sauber sind. Spülen und trocknen Sie den Behälter. Möchten Sie eine komplette Reinigung vornehmen, waschen Sie alle Dichtungen separat.

## ERDBEER-BANANEN-GETRÄNK


375 ml *1½ Tassen fettarmer  
Buttermilch*  
250 g *1 Tassen gefrorener  
ungesüßter Erdbeeren*  
250 ml *1 Tasse entrahmte Milch*  
4 *mittelgroße Bananen,  
jede in 4 Teile geteilt*  
50 g *3 Eßlöffel  
Orangenmarmelade*

Geben Sie alle Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie viermal und jeweils 15 Sekunden lang auf .

Ergiebigkeit: 5 Tassen (1,5 l). (4 Portionen)

## MARGARITA


175 ml *¾ Tasse Tequila*  
125 ml *½ Tasse Triple Sec  
Liqueur*  
125 ml *½ Tasse frischen  
Limonensaft*  
50 ml *¼ Tasse einfachen  
Sirup oder 1½ Eßlöffel  
(20 g) Zucker*  
24 *Eiswürfel*

Geben Sie alle Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, mixen Sie den Inhalt auf . Verwenden Sie sechs- bis achtmal die „Puls“-Funktion, ca. 15 Sekunden bei jedem Einsatz, bis der Inhalt breiig ist. Kratzen Sie Reste, wenn notwendig, von den Seiten des Mixerbehälters ab.

Ergiebigkeit: 5 Tassen (1,25 l). (4 Portionen)

## GEFRORENER DAIQUIRI

175 ml *¾ Tasse Rum*  
50 ml *¼ Tasse frischen  
Limonensaft*  
50 ml *¼ Tasse einfachen  
Sirup oder 2 Eßlöffel  
(25 g) Zucker*  
16 *Eiswürfel*

Geben Sie die Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, mixen Sie auf , und verwenden Sie sechs- bis achtmal die Puls-Funktion, ca. 15 Sekunden bei jedem Einsatz, bis der Inhalt breiig wird. Kratzen Sie Reste, wenn notwendig, von den Seiten des Mixerbehälters ab.

Ergiebigkeit: 3-¼ Tassen (800 ml). (Ca. 4 Portionen)

**Variationen:** Fügen Sie den Zutaten 2 Bananen hinzu, 2 Tassen (400 g) frische oder gefrorene Erdbeeren, oder 4 mittelgroße Pfirsiche.





## APFEL-CRÊPES


### Crêpes:

2	Eier
¼	Teelöffel Salz
90 g	¾ Tasse Mehl
250 ml	1 Tasse Milch
25 ml	2 Eßlöffel Öl

### Füllung:

2	große Äpfel, geschält, entkernt und geviertelt
125 ml	½ Tasse Apfelsaft
25 g	¼ Tasse Zucker
1	Eßlöffel Maisstärke
½	Teelöffel Zimt
35 g	¼ Tasse Rosinen



Bringen Sie alle Crêpes-Zutaten im Mixerbehälter zusammen. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter. Mixen Sie den Inhalt 10 Sekunden lang auf . Kratzen Sie alle Mehreste von den Seiten des Mixerbehälters ab. Mixen Sie 5 bis 10 Sekunden lang auf , oder bis die Mischung geschmeidig ist. Bewahren Sie den Rührteig mindestens eine Stunde lang im Kühlschrank auf. Sprühen Sie die Crêpe-Pfanne oder den nichthaftenden Tiegel mit nichthaftendem Speisespray ein. Erwärmen Sie es über mittelgroßer Hitze, bis es heiß ist. Gießen Sie 2 oder 3 Eßlöffel (25 oder 50 ml) Rührteig für jeden 15 bis 18 cm langen Crêpe in den Tiegel. Kochen Sie jeden Crêpe solange, bis er goldbraune Farbe annimmt, und wenden Sie ihn dann. Kochen Sie die Crêpes solange, bis sie goldbraune Farbe annehmen.

Geben Sie in der Zwischenzeit Äpfel, Apfelsaft, Zucker, Maisstärke und Zimt in den Standmixer/Blender. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und verwenden Sie zwei- oder dreimal für 8 Sekunden, bzw. bis der Inhalt ausreichend gemixt wurde und die Äpfel zerkleinert wurden, die Funktion **Pulse** auf . Gießen Sie die Mischung in einen mittelgroßen Kochtopf. Rühren Sie die Rosinen ein. Bringen Sie den Kochtopf zum Kochen und rühren Sie häufig um. Kochen Sie die Bestandteile nun 10 bis 12 Minuten lang über mittlerer Hitze oder bis sich die Mischung verdickt hat und die Äpfel weich sind. Rühren Sie ab und zu um. Löffeln Sie 2 bis 3 Eßlöffel (25 bis 50 ml) Füllung in die Mitte von jedem Crêpe. Falten oder rollen Sie die Crêpes, um die Füllung einzuschließen. Löffeln Sie die übriggebliebene Füllung über die Crêpes. Garnieren Sie die Crêpes, wenn gewünscht, mit Schlagsahne.

Ergiebigkeit: 8 Portionen (jeweils 2 Crêpes)

## ORANGENFRUCHTEIS

200 g	1 Dose Mandarinen, entsaftet
250 ml	1 Tasse Wasser
175 ml	1 Dose gefrorenes Orangensaftkonzentrat
30 g	¼ Tasse Puderzucker
15 ml	1 Eßlöffel frischen Zitronensaft


Geben Sie alle Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 15 bis 20 Sekunden lang auf . Gießen Sie den Inhalt in den Gefrierbehälter, und gefrieren Sie ihn 3 bis 4 Stunden lang, bis er fast starr ist. Kratzen Sie den Inhalt nun in den Mixerbehälter. Mixen Sie den Inhalt ca. 1 Minute lang auf , bis er geschmeidig geworden ist.


Giessen Sie den Inhalt in den Gefrierbehälter. Gefrieren Sie ihn 5 bis 6 Stunden lang, bis er hart geworden ist.

Ergiebigkeit: 6 Portionen.

## GAZPACHO

- 2 Dosen (14½ Unzen (410 g pro Dose) geschälter Tomaten ohne Salzuzsatz
- 2 Stangen Sellerie, zerschnitten in 5 cm große Stücke
- 1 mittelgroße Gurke, geschält und in Stücke geschnitten
- 1 mittelgroße Zwiebel, in Stücke geschnitten
- 1 kleiner grüner Paprika, in Stücke geschnitten
- 2 Teelöffel geschnittene frische Petersilie
- 1 Teelöffel geschnittener frischer Schnittlauch
- 1 Knoblauchzehe
- 45 ml 3 Eßlöffel Olivenöl
- 45 ml 3 Eßlöffel Rotweinessig
- 500 ml 2 Tassen Gemüsesaft-Cocktail
- ¼ Teelöffel schwarzer Pfeffer
- Scharfe Pfeffersoße

Geben Sie eine Dose Tomaten, Sellerie und Gurke in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 10 bis 15 Sekunden lang auf , bis das Gemüse fein zerkleinert ist. Gießen Sie den Inhalt nun in eine große Schüssel.


Geben Sie den Inhalt der zweiten Dose Tomaten, Zwiebel, grüner Paprika, Petersilie, Schnittlauch, Knoblauch, Olivenöl und Rotweinessig in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 10 bis 15 Sekunden lang auf , bis er fein zerkleinert wurde. Kratzen Sie Reste, wenn notwendig, von den Seiten des Mixerbehälters ab.

Giessen Sie den Inhalt in eine Schüssel. Rühren Sie den Gemüsesaft-Cocktail hinein, den schwarzen Pfeffer und ein paar Tropfen scharfer Pfeffersoße. Bewahren Sie die Mischung nun 6 bis 8 Stunden im Kühlschrank auf, bis sie gut gekühlt ist.

Ergiebigkeit: 8 Portionen.

## VICHYSSEOISE

- 15 g 1 Eßlöffel Margarine
- 200 g 1½ Tassen geschnittener Porree oder Zwiebeln
- 2 mittelgroße Kartoffeln, geschält und in Würfel geschnitten
- 750 ml 3 Tassen natriumreduzierte Hühnerbrühe
- ¼ Teelöffel schwarzer Pfeffer
- 250 ml 1 Tasse fettarme (2%) Milch
- Geschnittenen Schnittlauch, sofern gewünscht

Schmelzen Sie die Margarine im Tiegel bei mittlerer Hitze. Geben Sie den Porree hinzu. Kochen und rühren Sie den Inhalt ca. 3 Minuten lang, bis der Porree weich ist. Geben Sie den Porree dann zusammen mit den Kartoffeln und 1-½ Tassen (375 ml) Brühe in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt ca. 1 Minute lang auf , bis er fein zerkleinert ist. Gießen Sie den Inhalt dann in einen Kochtopf.



Rühren Sie die verbliebene Brühe und den restlichen Pfeffer ein. Bringen Sie den Inhalt zum Kochen, verringern Sie die Hitze, und kochen Sie ihn 10 bis 12 Minuten lang, bis das Gemüse gar und zart ist. Rühren Sie die Milch ein.

Bewahren Sie das Gemüse 6 bis 8 Stunden im Kühlschrank auf, bis es gut gekühlt ist. Garnieren Sie jede Portion, wenn gewünscht, mit geschnittenem Schnittlauch.


Ergiebigkeit: 6 Portionen.

## FLEISCHKLÖBCHEN

- 1 *kleine Zwiebel,  
geschnitten in  
2,5 cm große Stücke*
- 500 g *extramageres  
Rinderhackfleisch*
- 125 g *¼ Pfund. gehacktes  
Schweinefleisch*
- 25 g *¼ Tasse trockene  
Brotkrumen*
- 1 *Ei*
- 1 *Teelöffel gewürztes Salz*
- 15 ml *1 Eßlöffel Öl*
- 70 g *1 Tasse geschnittene  
oder geviertelte frische  
Pilze*
- 300 ml *1¼ Tassen Rinderbrühe*
- 1 *Eßlöffel Maisstärke*
- ½ *Teelöffel Basilikum*
- ¼ *Teelöffel Pfeffer*


Geben Sie die Zwiebel in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 5 bis 8 Sekunden lang, oder bis er genug zerkleinert wurde, auf . Fügen Sie nun die verbleibenden Fleischklößchen-Zutaten hinzu. Verwenden Sie die Funktion **pulse** auf der Position  vier- bis fünfmal für jeweils 8 bis 10 Sekunden, oder bis die Mischung fertig ist. Kratzen Sie, wenn notwendig, die Seiten ab. Formen Sie das Fleisch in 32 1-½-Zoll (4 cm) große Fleischklößchen.

Erhitzen Sie das Öl in einem großen nichthaftenden Tiegel über mittlerer bis großer Hitze. Geben Sie die Fleischklößchen hinzu. Kochen Sie sie 5 bis 8 Minuten lang, oder bis sie gebräunt sind, und wenden Sie sie hin und wieder.


Waschen Sie den Mixer in der Zwischenzeit gründlich mit Spülmittel aus, und setzen Sie ihn wieder zusammen. Geben Sie nun die Pilze, die Brühe, die Maisstärke, das Basilikum und den Pfeffer in den Standmixer/Blender. Mixen Sie den Inhalt 5 Sekunden lang, oder bis die Pilze zerkleinert wurden, auf . Geben Sie die Fleischklößchen in den Tiegel. Kochen Sie nun unter ständigem Umrühren, bis sich Bläschen bilden. Regeln Sie die Temperatur auf „mittel“ bis „niedrig“. Kochen Sie das Gericht 8 bis 10 Minuten lang, oder solange, bis sich die Fleischsoße verdickt hat und die Fleischklößchen richtig gekocht sind. Servieren Sie das Gericht, mit Reis oder Kartoffeln.

Ergiebigkeit: 8 Portionen (Jeweils 4 Fleischklößchen).



## STREUSELGARNIERUNG

60 g	<i>½ Tasse Allzweckmehl</i>	<p>Geben Sie alle Zutaten in der angegebenen Reihenfolge in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter. Mixen Sie 20 bis 25 Sekunden lang auf , bis der Inhalt gründlich gemischt wurde. Kratzen Sie, wenn notwendig, die Seiten des Mixerbehälters ab. Verwenden Sie die Speise, um 33 x 23 cm große Speisebehälter mit Fruchtkrisp vor dem Backen zu garnieren oder um sie vor dem Backen über 33 x 23 cm große Kuchen zu verstreuen.</p> <p>Ergiebigkeit: 1-½ Tassen (160 g).</p>
100 g	<i>½ Tasse braunen Zucker</i>	
½	<i>Teelöffel Zimt (je nach Wahl)</i>	
¼	<i>Teelöffel Salz</i>	
25 ml	<i>2 Eßlöffel leichten pasteurisierten und sterilisierten Rahmkäse (30 g-Packung)</i>	
15 g	<i>2 Eßlöffel Pecan-Hälften</i>	

## HÜHNERSALAT-AUFSTRICH

60 g	<i>¼ Tasse leichte Mayonnaise</i>	<p>Geben Sie alle Zutaten in der angegebenen Reihenfolge in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt auf , bis das Huhn zerkleinert wurde und die Mixtur gründlich vermischt wurde. Verwenden Sie die „Puls“ Funktion drei- bis viermal, 5 Sekunden bei jedem Einsatz.</p> <p>Ergiebigkeit: 8 Portionen.</p>
60 g	<i>¼ Tasse Sauerrahm</i>	
1	<i>Eßlöffel gehackte Zwiebel</i>	
1	<i>Eßlöffel frische Petersilie, wenn gewünscht</i>	
½	<i>Teelöffel Salz</i>	
½	<i>Teelöffel Pfeffer</i>	
140 g	<i>1 Tasse in Würfel geschnittene, gekochte Hähnchenbrust</i>	
110 g	<i>¾ Tasse kernlose rote Trauben</i>	



## BASILIKUM-PESTO

2	<i>Knoblauchzehen</i>	<p>Geben Sie den Knoblauch in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 5 bis 10 Sekunden lang auf , bis er ausreichend zerkleinert ist.</p> <p>Fügen Sie Basilikum, Petersilie und Mandeln hinzu, setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt auf . Fügen Sie, während der Standmixer/Blender läuft, Olivenöl und Hühnerbrühe hinzu. Mixen Sie den Inhalt 45 Sekunden bis 1 Minute lang, bis er vollständig durchmischt ist. Kratzen Sie dann die Seiten des Mixerbehälters ab. Geben Sie, wenn notwendig, die restliche Brühe zu. Servieren Sie es mit Pasta, Pizza, Huhn oder Meeresfrüchten.</p> <p>Ergiebigkeit: 1 Tasse (250 ml). (8 Portionen)</p>
50 g	<i>½ Tasse frisch geriebenen Parmesankäse</i>	
125 g	<i>1¼ Tasse frische Basilikumblätter</i>	
5 g	<i>¼ Tasse frische Petersilienblätter</i>	
30 g	<i>3 Eßlöffel gespaltene Mandeln oder Pinienkerne</i>	
50 ml	<i>¼ Tasse Olivenöl</i>	
50 bis	<i>75 ml ¼ bis ½ Tasse natriumreduzierte Hühnerbrühe</i>	

## MÖHREN- UND KARTOFFEL-MEDLEY

- 60 g *½ Tasse (1 kleine) geschnittene Möhre*
- 80 g *½ Tasse (1 mittelgrosse) geschülte, in Würfel geschnittene Kartoffel*
- 125 ml *½ Tasse natriumreduzierte Hühnerbrühe*
- 25 ml *bis 45 ml (2 bis 3 Eßlöffel) Vollmilch*

Geben Sie die Möhre, Kartoffel und Brühe in den Kochtopf. Bringen Sie den Inhalt zum Kochen. Verringern Sie die Hitze auf „niedrig“, und kochen Sie den Inhalt ohne Abdeckung 10 bis 15 Minuten, bis das Gemüse sehr zart geworden ist. Kühlen Sie die Mischung 5 Minuten lang ab.



Geben Sie die abgekühlte Gemüsemischung und 2 Eßlöffel (25 ml) Milch in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie 10 Sekunden lang auf . Kratzen Sie, wenn notwendig, die Seiten des Mixerbehälters ab. Mixen Sie den Inhalt 30 Sekunden lang auf , und kratzen Sie alle 10 Sekunden die Seiten des Mixerbehälters ab. Fügen Sie, wenn notwendig, einen Eßlöffel (15 ml) Milch hinzu. Bewahren Sie die Mischung im Kühlschrank auf.

Ergiebigkeit: 1 Tasse (250 ml).

## PFIRSICH-HAFERBREI

- 150 ml *¾ Tasse Wasser*
- 25 g *¼ Tasse schnellkochender gerollter Hafer*
- 55g *¼ Tasse Dosen- oder gefrorene, aufgetaute Pfirsichscheiben in Saft, entsaftet*
- 15 ml *1 Eßlöffel Vollmilch*


Geben Sie Wasser in einen Kochtopf. Bringen Sie es zum Kochen. Rühren Sie den Hafer ein, und bringen Sie es erneut zum Kochen. Drehen Sie die Hitze auf „niedrig“, und kochen Sie den Inhalt 1 Minute lang ohne Abdeckung. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und lassen Sie ihn 5 Minuten lang abkühlen.

Geben Sie den Haferbrei, die Pfirsiche und die Milch in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt 10 Sekunden lang auf . Kratzen Sie, wenn notwendig, die Seiten des Mixerbehälters ab. Mixen Sie 30 Sekunden lang auf . Bewahren Sie die Speise im Kühlschrank auf.

Ergiebigkeit: 1 Tasse (250 ml).

## BANANEN-FRUCHTDRESSING

- 120 g *½ Tasse fettarmen Vanille- oder Erdbeeryoghurt*
- 1 *mittelgroße Banane, geschnitten*
- 15 ml *1 Eßlöffel Honig*
- 15 ml *1 Eßlöffel Orangensaft*
- ¼ *Teelöffel Zimt*

Geben Sie die Zutaten in den Mixerbehälter. Setzen Sie die Abdeckung auf den Behälter, und mixen Sie den Inhalt ca. 40 Sekunden lang auf . Kratzen Sie alle 20 Sekunden die Seiten des Mixerbehälters ab. Servieren Sie die Mischung über frisch geschnittenem Obst.

Ergiebigkeit: 1-¼ Tassen (300 ml).