

byzoo

SJ01



**HASZNÁLATI
UTASÍTÁS ÉS
RECEPT FÜZET**



SJ01

HASZNÁLATI ÚTMUTATÓ ÉS RECEPT FÜZET

Kedves Vásrló, gratulálunk!

Ön mostantól egy Byzoo gyümölcsprés büszke tulajdonosa. Kérjük, olvassa el figyelmesen ezt a kézikönyvet, mielőtt használni kezdené. Fontos tippeket és utasításokat tartalmaz, hogy teljes mértékben kihasználhassa a benne rejlő lehetőségeket. Ön jó döntést hozott! A gyümölcsprés használata a "teljes" gyümölcslé kinyerését eredményezi. Ez azt jelenti, hogy az alapvető rostok megfelelően pépesülnek, és a létfontosságú elemek a folyadékba kerülnek. A nyers gyümölcsleveket a kivonás után a szerkezet könnyen és gyorsan felhasználja, és meglepően gyors eredményeket produkál. A prés kíméletes, lassan forgó működése nagyobb mennyiségű levet eredményez, amely több vitamint, ásványi anyagot, enzimet, fitonutrienseket és rostot tart meg, mint a nagy sebességű centrifugális gyümölcscentrifugák, amelyek felmelegítik a levet, levegő bejutását teszik lehetővé, és így károsítják a romlandó tápanyagok egy részét

A Byzoo Juicerrel a következőket kapja:

- Több juice.
- Kevesebb pép.
- Több vitamin, ásványi anyag és enzim.
- Tartós gyümölcslevek. A Byzoo termékek szabadalmaztatott technológiával rendelkeznek a kevesebb pép és a több lé érdekében, a legmagasabb minőségű összetevőkből készülnek.
- A Byzoo Juicer szabadalmaztatott kőmalom-szerű csigával rendelkezik, amely higiénikus FDA által jóváhagyott polikarbonátból készült, NEM tartalmaz veszélyes mérgező vegyi anyagokat például biszfenol A-t.
- A Byzoo gyümölcsprés lassú fordulatszáma biztosítja a teljes ízt és táplálkozást. A gyümölcsprésben semmi sem vész el a felmelegített elemeken keresztül.
- A Byzoo Juicer könnyen összeszerelhető és szétszerelhető a gyors tisztításhoz.
- A Byzoo 2 év garanciát vállal a motorra és 1 évet az alkatrészekre.

byzoo

SJ01

Tartalomjegyzék

BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEK ÉS UTASÍTÁSOK	4
MŰSZAKI ADATOK	5
ALKATRÉSZEK ÉS TARTOZÉKOK	6
RÉSZLETES TERMÉKLEÍRÁS	7
ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ	8
HASZNÁLATI UTASÍTÁS	9
HIBAELHÁRÍTÁS	10
A BYZOO GYÜMÖLCSPRÉS HASZNÁLATA	12
JUICE RECEPTEK	17

SJ01

Óvintézkedések a biztonságos használathoz

BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEK ÉS UTASÍTÁSOK

1. A készülék első használatba vétele előtt olvassa el az összes használati utasítást és a GYIK részt.
2. Ne helyezzen semmilyen más tárgyat a mellékelt tömőrúdon vagy az összetevőkön kívül az adagolótartályba.
3. Ne használja harminc percnél hosszabb ideig folyamatosan..
4. Kérjük, vegye figyelembe, hogy a Byzoo és alkatrészei nem mosogatógépben moshatóak, és nem szabad 80°C-ot meghaladó hőmérsékletnek kitenni.
5. Gyermek és csökkent fizikai, érzékszervi vagy szellemi képességekkel rendelkező, illetve tapasztalat és ismeretek hiányában nem használható a készülék.
6. Az áramütés veszélyének elkerülése és az ellene való védekezés érdekében soha ne merítse a motor alapját vízbe vagy más folyadékba. Ha víz van a készülék alapjának belsejében, kérjük, forduljon az illetékes szervizközpontoz (lásd az elérhetőségeket).
7. Használaton kívül, összeszerelés vagy szétszerelés, valamint tisztítás előtt húzza ki a konnektorból.
8. Kerülje a mozgó alkatrészekkel való érintkezést.
9. Ne működtesse a készüléket, ha:
 - A tápkábele vagy a csatlakozó megsérült;
 - Miután a készülék meghibásodott;
 - Ha a készüléket leejtik vagy bármilyen módon megsérül.Hívja fel az illetékes szervizközpontot vizsgálat, javítás, csere, elektromos vagy mechanikai beállítás céljából.
10. Ne használja kültéren. A készüléket kizárólag beltéri használatra tervezték.
11. Ne hagyja, hogy a kábel az asztal vagy a pult széle fölé lógjon.
12. Bármilyen szervizelést a Byzoo-nak vagy egy meghatalmazott szervizképviselőnek kell elvégeznie.
13. Ne próbálja meg szétszerelni, javítani vagy módosítani a készüléket, mivel ezzel a garancia érvényét veszti.
14. Ne hagyja felügyelet nélkül a Byzoo gyümölcsprést, amikor a készüléket üzemelteti.
15. **MEGJEGYZÉS: A FONTOS BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEK BE NEM TARTÁSA A BYZOO LASSÚ GYÜMÖLCSPRÉS NEM RENDELTETÉSSZERŰ HASZNÁLATÁNAK MINŐSÜL, ÉS A GARANCIA ÉRVÉNYTELENSÉGÉT EREDMÉNYEZHETI.**

byzoo

SJ01



BYZOO JUICER MŰSZAKI ADATOK

Méret	M 76cm x M 39.5cm x Sz 23.5cm
Fogyasztás	750w
Feszültség	220-240V
Anyagok	BPA-FREE Tritan Tough polycarbonate
Fordulatszám	58 RPM
Motor	Egyfázisú indukciós
Szín	Ezüst
Garancia	2 év motor, 1 év alkatrészek

ALKATRÉSZEK ÉS TARTOZÉKOK

- | | | | |
|---|----------------|----|---------------|
| 1 | Tölcsér | 7 | Géptest |
| 2 | Tölcsér nyílás | 8 | Pép tartály |
| 3 | Csiga | 9 | Juice tartály |
| 4 | Szűrő | 10 | Tisztító kefe |
| 5 | Forgó kefe | 11 | Tömőrúd |
| 6 | Tartály | 12 | Juice csap |



RÉSZLETES TERMÉKLEÍRÁS

- 1 Tető lezáró jelzés
- 2 Pép kimenet
- 3 Tető összeszerelési jelzés
- 4 Tartály összeszerelési jelzés
- 5 Kapcsoló gomb
- 6 Juice kimenet
- 7 Juice sapka



Szűrők

A. Finom szűrő. A finom szűrő lyukai kisebbek, és pépmentesebb levet eredményeznek. Használja ezt a szűrőt, ha kemény gyümölcsökből és zöldségekből vagy magas rosttartalmú összetevőkből készít gyümölcslevet.

B. Durva szűrő.

A szűrő nagyobb lyukai sűrűbb levet eredményeznek. Használja ezt a szűrőt puha gyümölcsökhöz, például eperhez, kivihez, citrusfélékhez és paradicsomhoz.



ÖSSZESZERELÉSI ÚTMUTATÓ

STEP 1 - Helyezze a géptestet szilárd alapra, tegye rá a tartályt.

STEP 2 - Helyezze a forgó kefét a tálba.

STEP 3 - Helyezze a szűrőt is a tartályba és igazítsa a szűrőn lévő fehér háromszöget a tartályon lévő fehér háromszöghöz.

STEP 4 - Helyezze a csigát szilárdan a szűrő belsejébe.

STEP 5 - Igazítsa a tartályon lévő üres háromszöget a tartályon lévő háromszöghöz, csavarja el a tartályt az óramutató járásával megegyező irányba, hogy a helyére kerüljön.



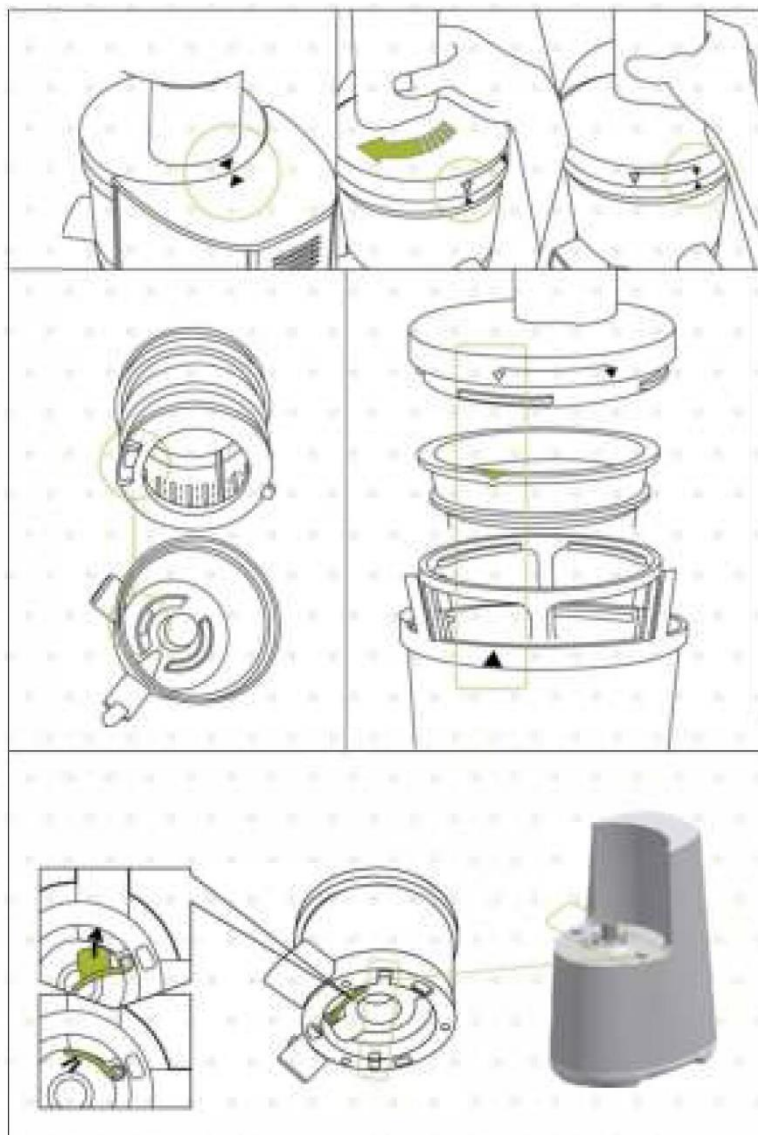
STEP 5

STEP 4

STEP 3

STEP 2

STEP 1



HASZNÁLATI UTASÍTÁS

Kapcsoló

Nyomja a hálózati kapcsolót a bekapcsolt állásba. Tegye a hozzávalókat egyenként a tölcsérbe. A legjobb eredmény elérése érdekében egyenletes, lassú ütemben adagolja az összetevőket, hogy biztosítsa a maximális extrakciót.

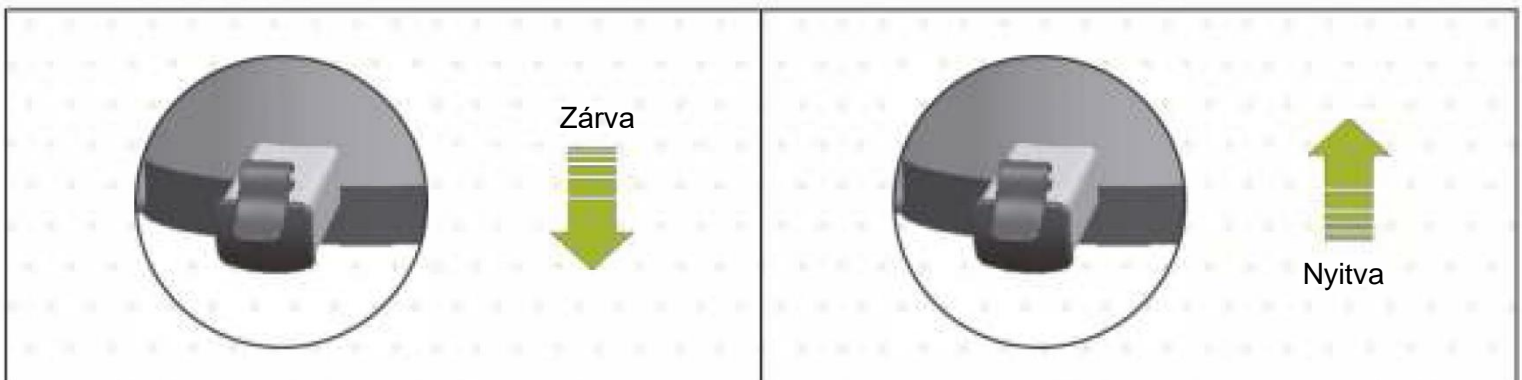
Visszafordító funkció

Ha azt veszi észre, hogy valamelyik összetevő elakadt, vagy nem hajlandó átmenni a gyümölcsprésen, akkor az elakadások megszüntetéséhez használhatja a visszafordító funkciót. Nyomja le a kapcsolót 3-5 másodpercig, szükség esetén ismétlje meg 2-3 alkalommal. Ha a csiga teljesen megállt, állítsa a kapcsolót ON állapotba a folytatáshoz.



Juice sapka

Csukja be a juice sapkát, hogy a gyümölcslé összekeveredjen a gyümölcsprés belsejében. Nyissa ki a juice sapkát, hogy kiengedje a levet és szükség szerint adagolhasson több gyümölcsöt a présbe.



HIBAEELHÁRÍTÁS

<p>A gyümölcsprés nem működik, amikor a kapcsoló ON állásban van</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Győződjön meg róla, hogy a tápkábel megfelelően be van dugva az áramforrásba, és hogy a kapcsoló 'ON' állásba van kapcsolva. 2. Ellenőrizze, hogy a tartály helyesen van-e összeszerelve. FIGYELEM: Ha a tartály nem lett biztonságosan rögzítve a helyén a nyilakkal egy vonalban, a készülék biztonsági okokból nem fog működni. Ennek oka a tartály belsejében található mágneses biztonsági csík, amelynek egybe kell esnie a talpban található megfelelő mágneses csíkkal. 2. Ellenőrizze, hogy a gyümölcsprést a kézikönyvben található utasításoknak megfelelően szerelték-e össze.
<p>A gyümölcsprés megáll működés közben</p>	<p>Ha a gyümölcsprés működés közben leállt, ellenőrizze, hogy a tartály helyesen van-e igazítva az alaphoz. Ha az igazítás működés közben elmozdul, a gyümölcsprés egyszerűen kikapcsol. Kapcsolja ki a gyümölcsprést, állítsa vissza a tartályt megfelelően, és máris folytathatja a munkát. A Byzoo gyümölcsprés automatikus motorleállító biztonsági funkcióval rendelkezik, amely akkor aktiválódik, ha a gyümölcsprés túlterhelődik. Úgy tervezték, hogy segítsen megelőzni a véletlen károkat és meghosszabbítani a gép élettartamát. A gyümölcsprés újraindításához vegye le a tartály fedelét, és távolítsa el a gyümölcslé tartályban lévő hozzávalókat. Ha szükséges kapcsolja a gyümölcsprést a Reverse/ REV állásba, hogy a csiga körül megakadt rostokat kitekerje.</p>
<p>Nem nyílik ki a tartály teteje</p>	<p>A tartály az óramutató járásával ellentétes irányban nyílik. Ha a tartály nem nyílik ki könnyen, próbálja meg a következőket tenni:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hagyja a Byzoo gyümölcsprést további összetevők hozzáadása nélkül működni, mielőtt kikapcsolja és megpróbálja eltávolítani a tartályt. 2. Kapcsolja a gyümölcsprést néhány pillanatra hátramenetbe, hogy segítsen eltávolítani a csiga és a betöltőcsatorna adagolója körül maradt összetevőket. FIGYELEM: A csiga az óramutató járásával ellentétes irányban forog, mint a tartály. Ez a tartály véletlenszerű meghúzását okozhatja, és azt eredményezheti, hogy a tartály nehezen nyílik ki a gyümölcsprés tartályból. 3. Miután az utolsó hozzávalókat is betöltötte a tartályba, hagyja addig futni, amíg az összes lé és pép át nem préselődik a gépen. Öntsön egy vagy két pohár vizet a tartályba, hogy a maradék pép nagy részét kiöblítse. 4. Emelje le a teljes gyümölcsprés részt mielőtt szétszerelné.

Mi a különbség a finom a durva szűrő között?

A "finom szűrő" az, amelyiknek a rozsdamentes acélrészén kis lyukak vannak. Ez a szűrő a kemény, szilárd hozzávalókhöz, főként zöldségekhez, például sárgarépa-hoz és céklához használható a legjobban.

A "durva szűrő" nagyobb lyukakkal rendelkezik a rozsdamentes acél részen. Ezt a szűrőt olyan összetevőkhöz használja, amelyek pépesebb jellegűek, vagy ha pépesebb vagy sűrűbb állagú levet szeretne.

A juice kifolyik a gépteshez

Mivel a tartály alján található dobtömítés nem vízzáró, előfordulhat némi szivárgás. A tömítést azért tervezték így, hogy megakadályozza a szilikonhoz való súrlódás okozta túlzott hőt, amikor a csiga forog. Ha nagy mennyiségű szivárgást tapasztal, akkor lehet, hogy itt az ideje a dobtömítés cseréjének, kérjük, forduljon az ügyfélszolgálathoz.

Rázkódik a tartály juicolás közben

A motor enyhe rázkódása működés közben teljesen normális. Az ezen túli eltérések az összetevők rostos összetevőitől függenek. Az olyan kemény vagy szívós összetevők, mint a sárgarépa és a cékla, jobban rázhatják a tartályt, mint a lágú és lédús összetevők.

Kicsit pépes a levem, hogyan tudom ezt helyrehozni?

1. Győződjön meg róla, hogy a sárga szilikondugó teljesen be van dugva a nyílásába. Ez a rész a tisztítás megkönnyítése érdekében kivehető, de gyakran nem helyezik vissza megfelelően. Ez egy nyomáspontként működik, amely biztosítja, hogy a pép kilökődjön a pépcsőből.
2. A kivezető nyílás néha eltömődhet, ha a hozzávalókat túl gyorsan adagoljuk a gyümölcsprésbe. Kérjük, próbálja meg lelassítani a hozzávalók adagolásának sebességét a prés gépbe.
3. Próbálja meg az összetevőket kisebb darabokra vágni (3 és 5 cm között), hogy a függőleges csiga teljesen szét tudja zúzni és feldolgozni, mielőtt a következő összetevőt hozzáadná.
4. A friss és hűtött alapanyagok szilárdabb rostokkal és nagyobb víztartalommal rendelkeznek, és kevésbé pépes állagúak.
5. Idővel a szilikonból készült forgókefe szárnyai tompák lehetnek. A cserealkatrészek megrendeléséhez forduljon az ügyfélszolgálati központhoz.

A BYZOO GYÜMÖLCSPRÉS HASZNÁLATA

BE KELL-E HÜTENEM A GYÜMÖLCSÖKET ÉS ZÖLDSÉGEKET, MIELŐTT LEVET FACSAROK BELŐLÜK?

A hűtött gyümölcsök és zöldségek, amellet, hogy jobb ízűek, nagyobb mennyiségű gyümölcslevet adnak, mint a szobahőmérsékletűek. Ez azért van így, mert a hűtött termékek rostjai hűtés közben szilárdabbak, és ennek következtében több gyümölcslevet adnak, amikor préselik őket, mint a lágyabb vagy melegebb gyümölcsök és zöldségek, amelyek a dehidratáció részleges szakaszában is lehetnek (víztartalmuk csökken).

MI A LEGJOBB MÓDJA A GYÜMÖLCSÖK, ZÖLDSÉGEK ÉS LEVELES ZÖLDEK ELŐKÉSZÍTÉSÉNEK A PRÉSELÉSHEZ?

Zöldségek

Javasoljuk, hogy a zöldségeket úgy készítsük elő, hogy olyan darabokra vágjuk őket, hogy egyszerűen, segítség nélkül átessenek az adagolócsúszdán.

Gyümölcsök

Javasoljuk, hogy a gyümölcsöket úgy készítsük elő, hogy olyan darabokra vágjuk őket, hogy egyszerűen, segítség nélkül átesnek az adagolónyíláson. A legtöbb citrusféléről javasoljuk a héj eltávolítását, bár a citrom és a lime héjának egyharmada rajta maradhat.

Leveles zöldségek

A leveleket tekerjük össze, majd hajtsuk félbe, ügyelve arra, hogy egyszerűen, segítség nélkül essenek át az adagolónyíláson. Néhány levélzöldségnél észreveheti, hogy a Byzoo gyümölcsprés eltömődhet tőlük. Ez orvosolható néhány darab sárgarépa vagy más rostos zöldség hozzáadásával, ami segít átnyomni a leveles zöldségeket. A nedves levelek sem fognak olyan jól átmenni a présen, mint a szárazabbak, ezért ha megmossa a leveleket, törölje szárazra egy konyharuhával, mielőtt a présgépbe helyezi őket. A gyümölcsprés függőleges zúzó és préselő mechanizmusa azt jelenti, hogy minél kisebb darabokra vágja az alapanyagot, mielőtt a nyílásba adagolja őket, annál kisebb a valószínűsége, hogy a rostok összegabalyodnak a belső mechanizmus körül. A legjobb eredmény elérése érdekében vágja az alapanyagot 3 – 5 cm-es darabokra.

MIK A LEGJOBB ALMÁK A GYÜMÖLCSLÉ KÉSZÍTÉSHEZ?

A friss és hűtött zöld alma a legjobb. Táplálkozási szempontból a zöld alma különböző antioxidánsokat tartalmaz, jó C-vitamin-forrás, és úgy tartják, hogy képes megakadályozni az epekő kialakulását a húgyhólyagban, valamint segít a máj- és vesebetegségek orvoslásában.

MEG KELL HÁMOZNOM A CITRUSFÉLÉKET PÉSELÉS ELŐTT?

Javasoljuk, hogy a mandarin, a narancs és a grapefruit héját a gyümölcslé elkészítése előtt hámozza meg, mivel a héjának kesernyés íze van, és ez átmeleg a gyümölcslébe. A citrom és a lime héja nem rendelkezik ezzel a kesernyés ízzel, és mint ilyenek, levet is lehet facsarni belőlük. A citrom és a lime héjának körülbelül egyharmadát rajta hagyhatja.

MIT TUDOK JUICEOLNI ÉS MIT KELL KERÜLNÖM?

A Byzoo szinte mindenféle gyümölcsből és zöldségből képes levet facsarni. Ez nem egy élelmiszer-feldolgozó, ezért ne tegyen a gyümölcsprésbe az alábbiak közül semmit.:

- kemény kókuszdió rost - puha, fiatal hús OK

- magok

- Pörköletlen/pörkölt diófélék

Hüvelyes növények

- Cukornád

- Fagyasztott összetevők - a gyümölcsöket a sorbetekhez felhasználás előtt 5-70 percre ki kell venni a fagyasztóból.

- Hal vagy hús

- Édesgyökér vagy egyéb fás anyagok

- Száritott fűszernövények és fűszerek

- Magvas csonthéjas gyümölcsök

- Olíva bogyó

MI A LEGJOBB MÓDJA A DIÓFÉLÉK ELŐKÉSZÍTÉSÉNEK A DIÓTEJEK KÉSZÍTÉSÉHEZ?

Minden dióféléket legalább 8 órán át kell áztatni, majd alaposan leöblíteni. Az áztatott dióféléket vízzel egyidejűleg adagolja a gyümölcscentrifugába. Azt tapasztaltuk, hogy 250 g dióból körülbelül egy liter jó állagú tej készül. Természetesen ez mind személyes ízlésen múlik. Egyszerűen adjon több diót / kevesebb vizet, ha krémesebb tejet szeretne, vagy kevesebb diót / több vizet, ha hígabb tejet szeretne. Kapcsolja be a Byzoo-t, és felváltva adagolja a diót és a vizet. A cél az, hogy az utolsó diót is akkor tegye az adagolócsatornába, amikor a víz kifolyik. Ez néhány próbálkozást igényelhet, de az eredmény megéri. Más diófélék, amelyeket érdemes kipróbálni a mandulával együtt vagy önmagukban: brazil, makadámia, mogyoró, dió és pekándió. Édesítőként és ízfokozóként agavészirup, juharszirup, kakaómag, datolya (magtalanítva), almalé, vanília vagy fahéj hozzáadása is ajánlott.

MEGJEGYZÉS: Csak nyers dióféléket használjon, ne pörköltet, és mindig áztassa be a diót legalább nyolc órán át, mielőtt a prés gépbe töltené.

LEHET-E MAGVAKAT, GABONAFÉLÉKET VAGY HÜVELYESEKET ŐRÖLNI?

Nem. A Byzoo Juicer nem daráló, és ha ezt a gépet ilyenként használja, a garancia érvényét veszti..

KÉSZÍTHETŐ VELE HIDEGEN SAJTOLT OLÍVAOLAJ?

Nem. Ez egy másik folyamat, mint a préselés, és más gépeket igényel.

TUDOK-E ÚJRA PRÉSELNI A PÉPET, HOGY TÖBB LEVET KAPJAK?

A Byzoo Juicer nagyon hatékony a magas léhozam kinyerésében, de egyes felhasználók újra átvehetik az eldobott pépet, hogy megpróbáljanak több gyümölcsleves hozamot elérni. Az eredmények a különböző összetevők esetében eltérőek, így nyugodtan kísérletezzen. Használhatja a pépet gyümölcsökhöz, esetleg szárított formában ételízesítőnek levesekhez.

A BYZOO GYÜMÖLCSCENTRIFUGA ALKALMAS-E KERESKEDELMI KÖRNYEZETRE?

Javasoljuk, hogy a présgép ne üzemeljen 30 percnél tovább egyhuzamban. Ezért kereskedelmi környezetben történő használat esetén azt javasoljuk, hogy két vagy három présgépet működtessenek szakaszosan. Kérjük, vegye figyelembe, hogy a Byzoo Juicer nem rendelkezik kereskedelmi garanciával, így a gép kereskedelmi környezetben történő használata a tulajdonos belátása szerint történik.

MENNYI IDEIG TÁROLHATOM A GYÜMÖLCSLEVET, MIELŐTT A TÁPANYAGTARTALMA KIMERÜLNE?

Erre nincs konkrét válasz, mivel túl sok változó van a termék típusától és a tárolási módtól függően. A gyümölcsleves tárolásakor a legjobb eredmény érdekében hűtőszekrényben, légmentesen záródó üvegedényben vagy vákuumkancsóban tárolja. Ez a tárolási módszer általában segít megőrizni a gyümölcsleves tápanyagtartalmát akár 48 órán keresztül.

MI A LEGJOBB MÓDJA A BYZOO TISZTÍTÁSÁNAK, ÉS MOSOGATÓGÉPBE TEHETEM AZ ALKATRÉSZEKET?

A présgéphez egy speciálisan erre a célra kifejlesztett tisztítókefe tartozik, amely segít eltávolítani a makacs szálakat. Javasoljuk, hogy a préselés után azonnal tisztítsa meg. Nem javasoljuk a mosogatógép használatát a présgép alkatrészeinek tisztításához. A fenti módszer használata nemcsak gyorsabb, de hatékonyabb is, mivel a gyümölcslé és a maradékok nem érnek rá megszáradni és tartósan megtapadni. Alkalmanként javasoljuk, hogy a levehető alkatrészeket áztassa be két szénsavas szódabikarbóna és víz oldatába. Ez nagyszerűen eltávolítja a gyümölcsléfoltokat, amelyek az idő múlásával kialakulhatnak. Ha siet, áztassa be az összes alkatrészt vízbe, így a présgépben maradt rostok puhák és hajlékonyak maradnak, így később könnyedén tudja elmosni azt.



RECEPTEK

Gyümölcs és zöldség juiceok

Green Juice

Hozzávalók:

- 1 kicsi brokkoli vagy 1 - 2 szárzeller
- ¼ káposzta
- 1 kis fej saláta vagy 1 csésze salátalevél
- ¼ csésze spenótlevél
- bármilyen csíra
- petrezselyemzöld
- 1 kis uborka
- 2 zöld alma
- lime opcionális

A zöld gyümölcslevek természetes állapotukban gazdagok klorofillban - úgy, ahogyan a természet tervezte.

A klorofill egyik legfontosabb funkciója a véráram oxigénellátása. Az egészség érdekében olyan ételeket kell választani, amelyek táplálják, nem pedig megfosztják a szervezetet az oxigéntől.

Ha nincs elegendő oxigén a vérben, hajlamosak vagyunk az alacsony energia, a lassú emésztés tüneteire, ami a vitalitás romlásához és a betegségek kialakulásának növekedéséhez vezet.

A zöldlevekhez hozzáadott lime és alma nagyban segít abban, hogy finomabb gyümölcsleveket készítsünk.

Make your own V8 Juice!

Hozzávalók:

- 3-4 paradicsom
- 2 répa
- ½ cékla
- 1 szár zeller
- ½ piros paprika
- ¼ csésze uborka (vagy 1 Libanoni uborka)
- 2 alma
- petrezselyemzöld

A paradicsom nagyszerű lúgosító, ha cukor és keményítő nélkül fogyasztjuk. A sárgarépa támogatja az immunrendszert. A cékla nagyszerű vérépítő. A zeller javítja az emésztést.

A piros paprika jót tesz a bőrnek, a hajnak és a körmöknek. Az uborka természetes vizelethajtó. Az alma segíti az életműködést és javítja az ízeletet. A petrezselyem magas ásványianyag-tartalmú, beleértve a káliumot is.

Gyümölcs és zöldség juiceok

Fruit and Veg Supreme

Hozzávalók:

5-6 répa

1 cékla

1 kicsi uborka vagy

1 zellerszár darab friss gyömbér

2 alma

lime

maréknyi brokkolicsíra

A hozzávalókat felváltva adagolja a gyümölcsprésbe. Ez egy nagyszerű ízű, tápanyagokban gazdag gyümölcsle, amely a személyes ízlés és a szezonális elérhetőség szerint variálható.

Apple and Celery Juice

Hozzávalók:

5-6 alma

3-4 zellerszár

Rakja a hozzávalókat a prés gépbe felváltva.

Az alma ellenáll a fertőzésekkel szemben, rákellenes hatású, és nagyszerű az egészséges haj, bőr és köröm szempontjából.

A zeller segíti a rákkeltő anyagok eltávolítását, és nyugtató hatással van az idegrendszerre.

Digesters Delight

Hozzávalók:

½ ananász - mag, szár és héj eltávolítva

2 hámozott narancs

1 zellerszár friss gyömbér ízlés szerint

Az ananászdarabokat a narancssal és a zellerrel felváltva levet készítünk.

Az ananász enyhíti a torokfájást, segíti az emésztést, és gyulladáscsökkentőként hat az ízületi gyulladás és a sportsérülések különböző formáinál. Emellett serkenti a hasnyálmirigy-hormonok kiválasztását.

Grape Watermelon Drink

Hozzávalók:

görögdinnye

szőlőfürt szár nélkül

Rakja a hozzávalókat a prés gépbe felváltva.

A görögdinnye segíti a vesék és a húgyhólyag átmosását, segíti az emésztést és a kösvényt okozó húgysav kiürülését

Fruit and Vegetable Juices

Crazy Carrot Juice

Hozzávalók:

- 4 közepes répa**
- 4 paradicsom**
- 2 zellerszár**
- kis szál petrezselyem**

Az összes hozzávalót felváltva adagolja a présgépjébe.

A sárgarépa karotint tartalmaz, amely természetes védelmet nyújt a leégés ellen.

A zeller gazdag C-vitaminban, magas oldható rost-, magnézium- és káliumtartalommal rendelkezik, ami segít szabályozni a vérnyomást.

Dracula's Punch

Hozzávalók:

- 2 alma**
- 1 csésze málna**
- 2 csésze fekete szőlő**

Az alma káliumot tartalmaz, és arról ismert, hogy segíti a szervezetet a fertőzésekkel szembeni ellenálló képesség kialakításában, valamint serkenti az emésztést.

Arról is ismert, hogy segít a fogyásban. A bogyós gyümölcsök segítenek a vér lúgos kémhatásának fenntartásában.

Carrot Juice with Potato, Fennel and Apple

Hozzávalók:

- 4 közepes répa**
- 2 alma**
- 1 kicsi krumpli**
- 1 kis szál édeskömény**

Az édeskömény enyhe nyugtatóként hat és az elalvásban segít.

Az édeskömény bizonyítottan csökkenti és szabályozza az ízületi gyulladást, enyhíti a hangulati ingadozást és a depressziós állapotokat.

Az édeskömény a mangán nevű ritka tápanyaggal rendelkezik, cin és B-vitamin komplexet tartalmaz, ami nagyon értékes összetevőjévé teszi a gyümölcslevet.

Cupid's Capsicum Shot

Hozzávalók:

- 1 sötétpiros paprika**
- 4 közepes sárgarépa**
- ¼ friss chilihéj**
- csipetnyi fekete bors**

A piros paprika gazdag A- és C-vitaminban, káliumban és szilíciumban.

Csökkenti a szív- és érrendszeri betegségek kockázatát azáltal, hogy segíti a vérrögképződés megelőzését.

A chili az egész szervezet számára serkentő hatású, és állítólag növeli a szenvedélyt.

