

Sucuri de fructe si legume

[shashin type="photo" id="17991" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

La noi, Mosu' a venit mai repede anul acesta ☐ Mi-a adus un storcator de fructe si legume de la **Philips**. Unul deosebit, cu o noua tehnologie, prin presare la rece. Ce-mi place la el este ca are un design slim, ocupa putin loc pe blatul din bucatarie, nu are sita, cum au cele clasice, se spala foarte usor (in mai putin de un minut) si extrage pana la 90% din fructe si legume! Ne-am jucat o zi intreaga cu el, testand diferite variante si, intr-adevar, pulpa ramasa in storcator este mai uscata, sucul are pulpa fina si este mai concentrat. Cand am vazut ca poate stoarce si frunze de patrunjel, rodii sau mere cu tot cu coaja si samburi, si, mai ales, ca voi putea sa-mi fac propriul lapte de soia in casa, m-am indragostit iremediabil de el!!!

Va prezint mai jos cele cinci sucuri, patru sucuri cu fructe si unul cu legume, cu care ne-am rasfatat in ziua in care am primit acasa storcatorul **Philips**. Dar intai si-ntai, va arat pretiosul meu storcator...my precious! ☐

[shashin type="photo" id="17986,17987" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

[shashin type="photo" id="17988,17989" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Le luam pe rand ☐

1. Pina Colada pentru copii:

- 1 ananas proaspat
- 1 nuca de cocos
- 1 banana mare, bine coapta

– 100 ml lapte condensat

[shashin type="photo" id="17960" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Mod de preparare:

Se pregatesc fructele: se decojeste ananasul; nuca de cocos se sparge, iar laptele (apa din interiorul nucii) se scurge intr-un pahar (in acelasi in care veti stoarce tot sucul). Se scoate miezul nucii de cocos, se decojeste banana. Se taie fructele in bucati si se pun, pe rand, in storcator.

[shashin type="photo" id="17961" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Se foloseste si functia de pre-curatare, care este un program special ce stoarce si ultima picatura de suc din storcator, curatandu-l in acelasi timp:

[shashin type="photo" id="17962" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Priviti cat de uscata este pulpa:

[shashin type="photo" id="17963,17964" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

A iesit o mi-nu-ne de suc!!!!

[shashin type="photo" id="17965" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

2. Suc tropical:

– 1 papaya (sau mango)

– 2 portocale mari

- 2 fructe Kaki
- 1 limeta (optional)
- 2 linguri miere

[shashin type="photo" id="17981" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Mod de preparare:

Nu am gustat pana acum kaki, dar la cat de bun este, sigur vom mai avea ocazia ☐ Priviti cat de frumos e in sectiune:

[shashin type="photo" id="17982" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Se decojesc fructele; puteti folosi decojitorul de legume (mai ales la kaki). Inlaturati semintele negre din papaya (desi sunt comestibile), pentru ca sunt cam iuti. Se pot folosi, pisate, in loc de piper, la alte preparate.

[shashin type="photo" id="17983" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Stoarceti fructele in cana speciala pentru suc, inclusa in dotarea aparatului, asezata sub gura de scurgere. Beti sucul imediat!!! ☐

[shashin type="photo" id="17984,17985" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Foarte bun!

3. Suc de fructe rosii:

- 1 grapefruit roz
- 1 rodie

- 1 pepene galben sau o banana mare
- 1-2 linguri miere

[shashin type="photo" id="17966" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Mod de preparare:

Se decojesc pepenele (sau banana) si grapefruit-ul, caruia i se scot, pe cat se poate, pielitele subtiri, care sunt extrem de amare! Rodia se spala foarte bine si se taie in bucati. Nu se decojeste!

[shashin type="photo" id="17967" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Se storc fructele, in pahar sau in recipientul special:

[shashin type="photo" id="17968,17969" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Iata inca o dovada de pulpa stoarsa pana la maxim! ☐

[shashin type="photo" id="17970" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Acrisor si bun!!!

[shashin type="photo" id="17971" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

4. Suc de kiwi cu mere si pere:

- 6 bucati Kiwi
- 3 mere verzi (Granny Smith)
- 2 pere mari

– 1/2 lingurita praf de scortisoara

[shashin type="photo" id="17972" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Mod de preparare:

Se decojesc kiwi, se spala bine merele si perele si se taie in bucati potrivite (care sa incapa in tubul de alimentare). Merele si perele nu s edecojesc!

[shashin type="photo" id="17973" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Se storc fructele si se presara putina scortisoara:

[shashin type="photo" id="17974,17976" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Pulpa, din nou, la fel de uscata:

[shashin type="photo" id="17975" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Delicios si reconfortant!!!

5. Suc de legume proaspete:

- 1/2 de sfecla (dintr-una mare)
- 2 morcovi
- 2 tulpini apio (telina)
- 1 legatura frunze de patrunjel
- 1 mar rosu, bio (optional)

[shashin type="photo" id="17977" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Mod de preparare:

Se spala sfecla si se decojeste. Se procedeaza la fel si cu morcovii. Apio, frunzele de patrunjel si marul se spala bine.

[shashin type="photo" id="17978" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

Se apasa usor in jos, spre melcul de stoarcere, pana ce toate legumele s-au stors:

[shashin type="photo" id="17979" size="large" columns="max" order="user" position="center"]

E un suc foarte bun si sanatos, pe care il puteti bea asa cum e sau il puteti putin dilua cu apa (100 ml apa plata).

Ce as putea spune in plus?! Ca-mi place la nebunie acest storcator silentios, care ne va ajuta, mai ales acum, pe timp de iarna, sa ne facem plinul de vitamine!!! Am uitat sa va spun ca are si functie de anti-picurare, care previne scurgerea sucului pe masa. Ce mai, il iubesc maxim!!! ☐

[shashin type="photo" id="17990" size="large" columns="max" order="user" position="center"]