Sana PRODUCTS®

NÁVOD K OBSLUZE

Sana Juicer 707

Důležité bezpečnostní pokyny

1. Pozorně si přečtěte všechny pokyny uvedené v tomto návodu.
2. Motorovou část odšťavňovače nikdy neponořujte do vody ani jiné kapaliny, hrozí nebezpečí úrazu elektrickým proudem. S odšťavňovačem nikdy nepracujte s mokrýma rukama, hrozí riziko úrazu elektrickým proudem nebo poškození odšťavňovače.
3. Tento přístroj není určen pro používání osobami (včetně dětí) se sníženou fyzickou, smyslovou či duševní schopností. Pokud přístroj používají nebo je používán v jejich blízkosti, je nezbytný pečlivý dozor. Osoby neseznámené s jeho použitím vždy předem seznamte.
4. Při delším odstavení, před sestavením či rozložením a před čištěním vždy odpojte odšťavňovač od přívodu elektrického proudu.
5. Nedotýkejte se pohybujících se částí odšťavňovače.
6. Zjistíte-li, že je přívodní kabel nebo zástrčka poškozena, nebo že odšťavňovač nepracuje správně, je jinak poškozen či jste jej upustili na zem, obraťte se na Vašeho prodejce nebo autorizované servisní středisko.
7. Použitím jiných než originálních náhradních dílů nebo příslušenství doporučených výrobcem může dojít k požáru, úrazu elektrickým proudem nebo jinému zranění.
8. Přívodní kabel nikdy nenechávejte viset přes okraj stolu nebo kuchyňské linky.
9. Při odšťavňování vždy kontrolujte, zda je bezpečnostní otočný zámek v zajištěné poloze.
10. Po každém odšťavňování přepněte hlavní vypínač do polohy OFF. Před rozložením odšťavňovače vždy počkejte, dokud se motor nezastaví.
11. Při odšťavňování nikdy nestrkejte do hrdla násypky cizí předměty. Pokud dojde k ucpání hrdla zpracovávanými surovinami, uvolněte ho pomocí pěchovací zátky nebo delšího kousku ovoce či zeleniny. V případě že se nepodaří tímto způsobem hrdlo uvolnit, vypněte odšťavňovač, rozložte jej a ručně vyčistěte.
12. Zástrčku nikdy nevytahujte ze zásuvky zatažením za kabel, vždy uchopte samotnou zástrčku.
13. Před připojením odšťavňovače k přívodu elektrické energie se přesvědčte, zda jsou všechny ovládací prvky vypnuté.

SANA Juicer 707

Tento výkonný jednošnekový odšťavňovač je vyroben z kvalitních zdravotně nezávadných materiálů.

Odšťavňovač Sana 707 pracuje při nízkých otáčkách 63-75 ot./min, což zajišťuje šetrné zpracování suroviny se zachováním přirozené chuti a nutriční hodnoty.

Odšťavňovač Sana Juicer se jednoduše sestavuje i rozkládá, což velice usnadňuje a urychluje čištění.

Odšťavňovač Sana Juicer vám přináší dlouhodobě bezproblémový provoz.

Víceúčelový odšťavňovač

1. Odšťavňovač ovoce
Odšťavňovač Sana dokáže s vynikající výtěžností zpracovat všechny běžně dostupné druhy ovoce, jako jsou jablka, hrušky, citrusy, hroznové víno, kiwi atd.

2. Odšťavňovač zeleniny
Odšťavňovač Sana odšťavňuje s vysokou výtěžností všechny druhy zeleniny včetně celeru, mrkve, paprik, ředkví nebo zelí, aniž by docházelo k narušení živin a přirozené chuti. Právě zachování přirozené chuti a vysokého obsahu živin je největším přínosem této unikátní odšťavňovací technologie.

3. Odšťavňovač výhonků a zelených částí rostlin
S odšťavňovačem Sana Juicer můžete odšťavňovat obilné výhonky, listy aloe i jiné části spousty druhů rostlin. Vychutnejte si to nejlepší, co nám příroda nabízí v podobě nejrůznějších surovin v čistě přírodním stavu. Vyrobte si vlastní šťávu plnou živin a vitamínů.

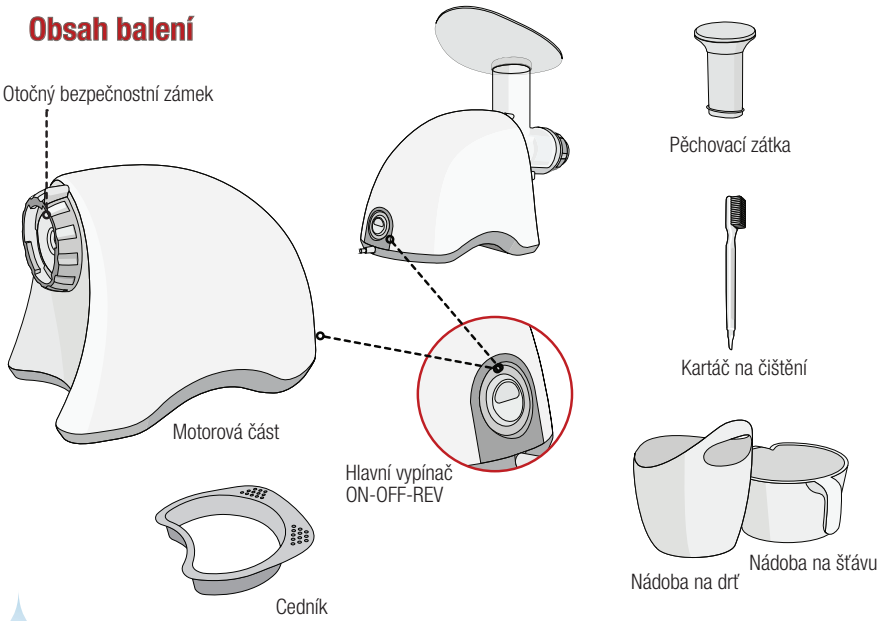
4. Další možnosti zpracování potravin
Odšťavňovač Sana Juicer dokáže rovněž zpracovávat další suroviny, jako je česnek, jarní cibulka, zázvor a mnoho dalších druhů včetně bylinek a koření při zachování jejich přirozené chuti a nutriční hodnoty. S příslušným nástavcem lze velice snadno a rychle připravit měkké pokrmy pro děti či nejstarší členy rodiny.

5. Výroba těstovin
S nástavcem na těstoviny vyrobíte v minutě čerstvé nudle (str. 9).

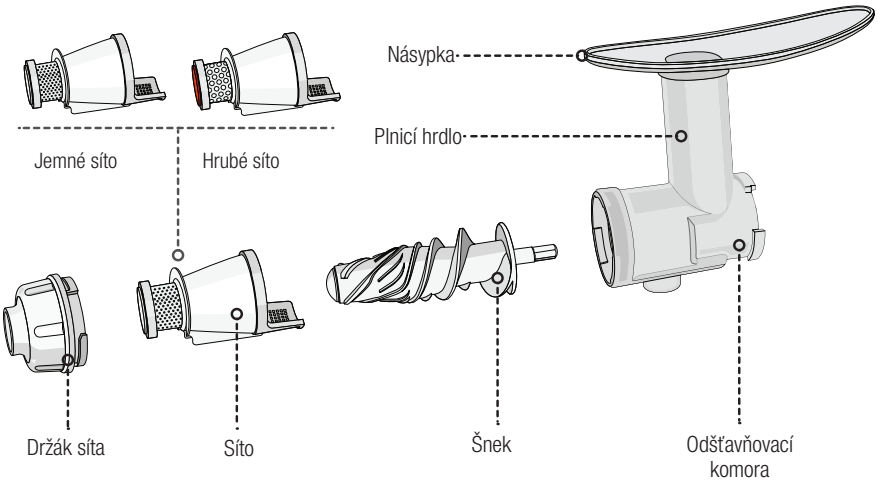
6. Homogenizátor
Připraví čerstvé mražené dezerty (str. 11-13), ořechová másla (str. 14) i dětské přírodní pokrmy (str. 15).

7. Funkce mlýnku
Dokáže umlít kávu (str. 17).

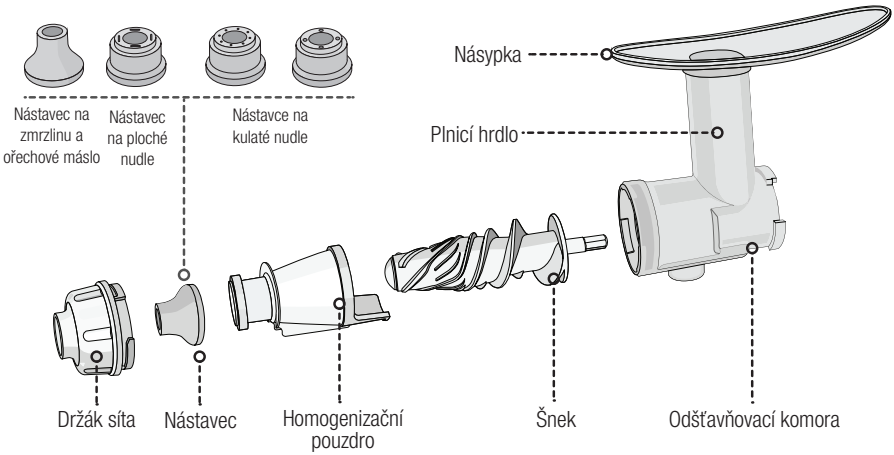
Obsah balení



Části pro odšťavňování



Části pro jiné zpracování surovin



Použití

Odšťavňuje ovoce a zeleninu.
Odšťavňuje výhonky a zelené části rostlin.
Vyrábí těstoviny.
Vyrábí dětské pokrmy a sorbety.

Technická specifikace

Název modelu	Sana Juicer 707
Rozměry	Délka: 420 mm Šířka: 170 mm Výška: 330 mm
Hmotnost	5,7 kg
Napětí	230 V / 50 Hz (150 W)
Motor	Jednofázový indukční
Otáčky šneku	63-75 ot./min.
Pojistka	250V 5A 50T
Certifikace	CE

Dodávané součásti a příslušenství

1x Návod k obsluze
1x Nádoba na šťávu
1x Nádoba na dřť
2x Nástavec na kulaté nudle
1x Nástavec na zmrzlinu a ořechové máslo
1x Nástavec na ploché nudle
1x Šnek
2x Síto pro odšťavňování
1x Homogenizační pouzdro
1x Pěchovací zátka
1x Odšťavňovací komora s násypkou
1x Kartáč na čištění
1x Držák síta
1x Cedník
1x Motorová část

Celkem 17 součástí včetně tohoto návodu.

Pokyny pro odšťavňování

1. Ovoce a zelenina, které budete odšťavňovat, musí být čerstvé (nepřezrálé, nezvadlé, nevyschlé) - nejen v zájmu co nejvyšší výtěžnosti, ale i prodloužení životnosti odšťavňovače. Nikdy neodšťavňujte gumovou kořenovou zeleninu (mrkev, červená řepa, petržel kořen, ředkvička, bulvový celer) - hrozí prasknutí síta a dalších dílů.
2. Před odšťavňováním oloupejte suroviny, které mají slupku (pomeranče, banány, ananas atd.). Ostatní plody pouze opláchněte. Není potřeba zbavovat slupky např. jablka, rajčata, ale ani kiwi.
3. Ovoce a zeleninu předem pokrájejte na menší kousky (cca 5 cm).
4. Zapněte odšťavňovač přepnutím spínače do polohy **ON** a nechte jej běžet po celou dobu zpracování suroviny, dokud není všechna šťáva vytlačena.
5. V případě, že bude odšťavňovač zahlcen surovinami tak, že přestane odcházet drť, nebo pokud Vám do plnicí trubice spadne cizí předmět, vypněte ho (přepněte spínač do neutrální polohy) a počkejte, až se zcela zastaví šnek. Poté přepněte spínač do polohy **REV**. Zpětný chod uvolní nahromaděné suroviny, případně pomůže s vyjmutím cizího předmětu. Po uvolnění odšťavňovací komory nebo odstranění cizího předmětu přepněte spínač zpět do neutrálu, znovu vyčkejte, dokud se šnek nezastaví a přepněte do polohy **ON**. Pokračujte v odšťavňování.

   Pozor! Při přímém přepnutí spínače z polohy **REV** do polohy **ON** bude motor přístroje nadále běžet ve zpětném chodu. Proto je nutné přepnout spínač nejdříve do neutrální polohy, počkat, dokud se šnek úplně nezastaví, a teprve poté přepnout spínač do polohy **ON**.
5. Pokud začne odšťavňovač v průběhu odšťavňování vibrovat, vypněte jej, rozložte a odstraňte uvnitř nahromaděnou surovinu. Poté odšťavňovač opět sestavte a pokračujte v odšťavňování.
7. Po vložení posledního kousku suroviny do násypky nechte odšťavňovač ještě několik vteřin běžet, aby došlo k vytlačení i posledních pár kapek šťávy.
8. Vypněte odšťavňovač.
9. Odšťavňovač po každém použití důkladně zevnitř vyčistěte.
10. Nikdy nenechávejte odšťavňovač běžet nepřetržitě déle než 30 minut.
11. **V odšťavňovači nikdy nezpracovávejte obiloviny, luštěniny, sušené ovoce, syrové ořechy a semena, kostky ledu, syrové maso a podobné suché nebo pružné suroviny.**

Pokyny k čištění odšťavňovače

Omyjte šnek i ostatní díly pro odšťavňování v teplé vodě s mýdlem či saponátem a dobře opláchněte.
Nepoužívejte horkou vodu, ve které neudržíte ruku (nad 80 °C). Díly by se mohly deformovat.

Nikdy nenechávejte mýt části odšťavňovače v myčce na nádobí.

Motorovou část odšťavňovače nikdy neponořujte do vody, vždy ji jen otřete vlhkým hadříkem.

Pokyny k sestavení odšťavňovače

Krok 1

Nasaďte odšťavňovací komoru s násypkou na motorovou část odšťavňovače a zajistěte otočením bezpečnostního zámku přibližně o 60° ve směru hodinových ručiček.

Krok 2

Odšťavňování ovoce a zeleniny

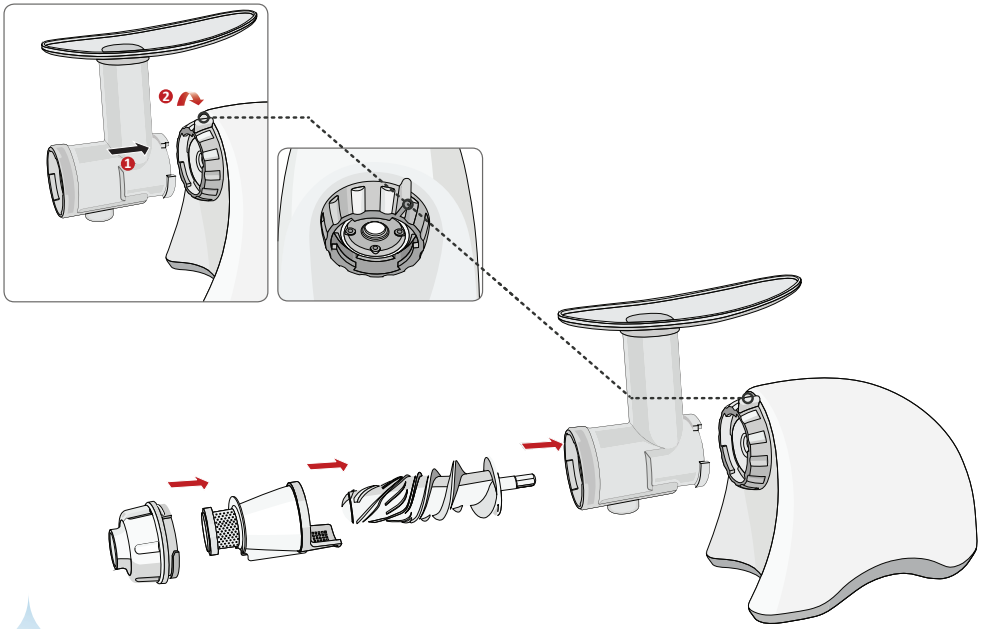
1) Odšťavňování tvrdších surovin (kořenová zelenina, jablka, listová zelenina, ...)

Zasuňte šnek do odšťavňovací komory a poté vložte jemné síto.

2) Odšťavňování měkčích surovin (pomeranče, ananas, ...)

Zasuňte šnek do odšťavňovací komory a poté vložte hrubé síto.

Po vložení síta (jemného nebo hrubého) nasaďte na konec odšťavňovací komory držák síta a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.
Odšťavňovač je připraven k odšťavňování surovin.



Zpracování potravin

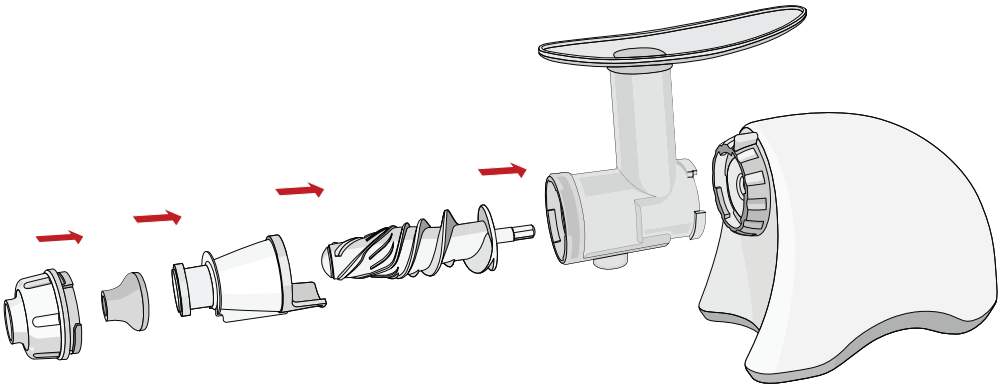
Při zpracování potravin postupujte následovně:

Zasuňte šnek do odšťavňovací komory a poté vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).

Podle druhu zpracovávaných potravin vyberte požadovaný nástavec (na nudle nebo zmrzlinu a ořechová másla; pro správný výběr viz následující kapitoly o zpracování potravin) a vložte jej do držáku síta z jeho zadní strany.

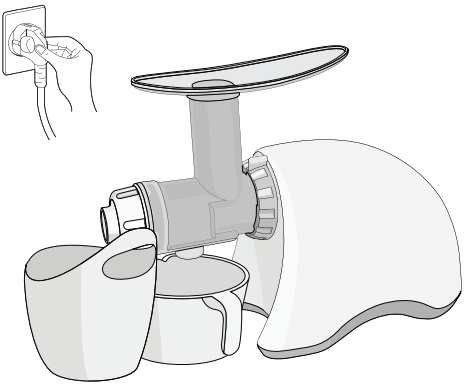
Držák síta s vloženým nástavcem nasaďte na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.

Pokud chcete vyrábět těstoviny, sorbet, zmrzlinu, arašídové máslo, dětskou stravu, mandlové mléko nebo umlít kávu, podrobný postup naleznete v následujících kapitolách.



Krok 3

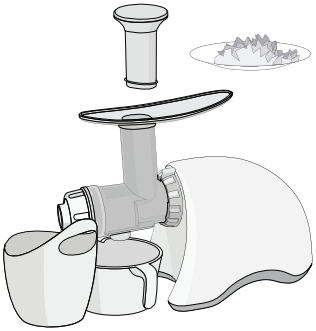
Při odšťavňování umístěte pod výpusť drti nádobu na drť a pod výpusť šťávy nádobu na šťávu. Při zpracování potravin použijte také obě nádoby. Některé druhy potravin jsou šťavnatější a šťáva může téct otvorem pro odvod šťávy i během homogenizace. Poté připojte odšťavňovač k přívodu elektrické energie.



Práce s odšťavňovačem

Krok 4

Stiskněte tlačítko **ON**. Vložte několik menších kousků ovoce nebo zeleniny do plnicího hrdla. Pomocí pěchovací zátky suroviny v hrdle mírně stlačujte. Stejným způsobem pokračujte, dokud nezpracujete všechny suroviny.



Krok 5

NIKDY do plnicího hrdla nestrkejte žádné kovové nebo dřevěné pomůcky nebo předměty. Pokud dojde při odšťavňování k ucpání plnicího hrdla nebo zastavení šneku, stiskněte několikrát tlačítko zpětného chodu. Poté pokračujte dále v odšťavňování. Při pěchování používejte pouze originální pěchovací zátku.

Krok 6

Před každou výměnou nástavce nebo příslušenství odšťavňovač vypněte. Dokud se nezastaví pohyblivé části odšťavňovače, nerozkládejte jej. Otočte zajišťovacím otočným zámkem ve směru hodinových ručiček, oddělte odšťavňovací komoru s násypkou od motorové části a vyndejte lisovací šnek. Všechny součásti důkladně omyjte ve vodě s mýdlem nebo saponátem. Nenechávejte mýt části odšťavňovače v myčce nádobí.

Krok 7

NIKDY nenechávejte odšťavňovač běžet nepřetržitě déle než 30 minut.

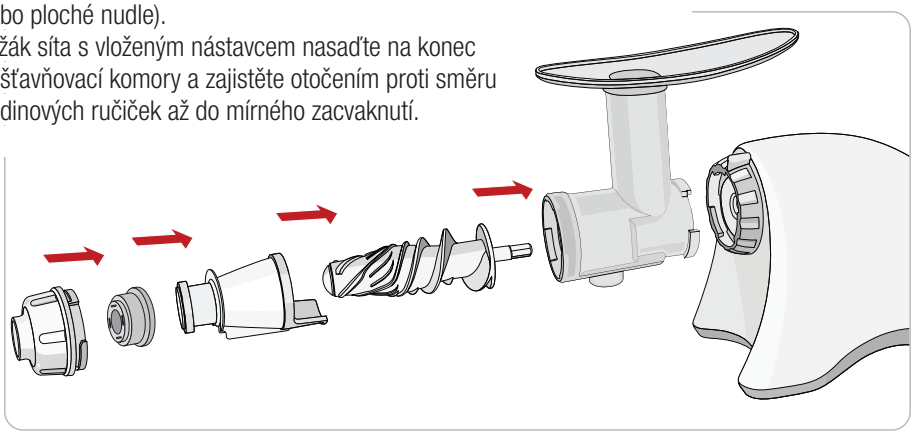
Volba správného síta

Suroviny	Síto
Pomeranče, hrušky, hroznové víno, jahody, kiwi, rajčata, avokádo, aloe atd.	Hrubé síto pro odšťavňování
Květák, ředkve, řepa, špenát, mrkev, jablka, sladké brambory, obilné klíčky a další listová a kořenová zelenina.	Jemné síto pro odšťavňování
Těstoviny, sorbet, zmrzlina, ořechové máslo, dětská strava, kávová zrna (mletí), máčená rýže nebo fazole.	Homogenizační pouzdro

Výroba těstovin

Krok 1

Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
Do držáku síta vložte z jeho zadní strany požadovaný nástavec (na kulaté nebo ploché nudle).
Držák síta s vloženým nástavcem nasaďte na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.

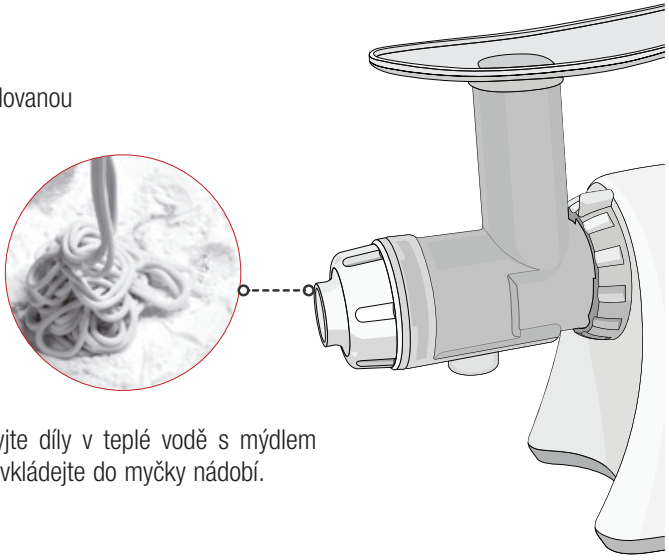


Krok 2

Nádobu nebo talíř umístěný pod vývodem jemně posypte hladkou moukou.
Přichystejte si těsto z mouky, vejce a případně i soli. Do těsta, které budete zpracovávat na odšťavňovači, vždy přidejte 3 polévkové lžíce oleje.
Vytvarujte kuličky o průměru cca 3 cm a do odšťavňovače vhoďte vždy jen jednu. S dalším plněním počkejte, dokud se nezpracuje předchozí dávka.

Krok 3

Ke zkrácení těstovin na požadovanou délku použijte nůžky.



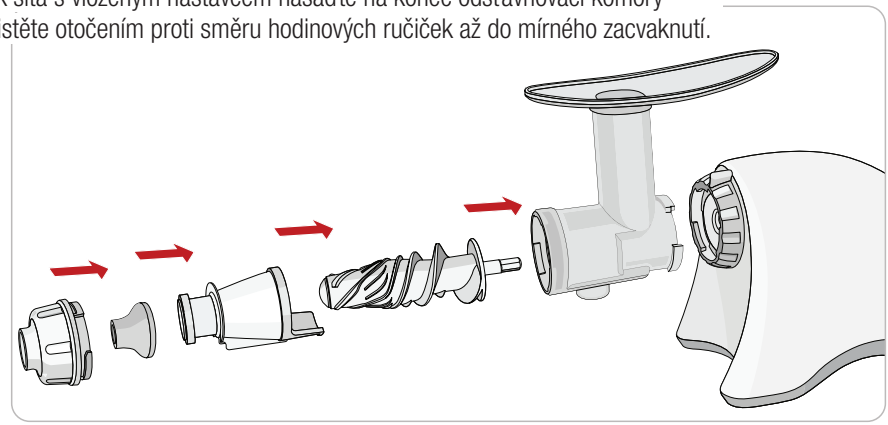
Krok 4

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky nádobí.

Výroba sorbetu

Krok 1

Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
Do držáku síta vložte z jeho zadní strany nástavec na zmrzlinu a ořechové máslo.
Držák síta s vloženým nástavcem nasaďte na konec odšťavňovací komory
a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.



Krok 2

Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Vývodem drti bude vycházet sorbet.
Pod vývod šťávy postavte nádobu na šťávu kvůli případnému odkapávání zpracovávaného ovoce.
Sorbet lze připravit dvěma způsoby.

a) Ovoce necháte nejprve zmrazit a pak zhomogenizujete: Banány a jiné větší ovoce před zmražením oloupejte a nakrájejte na menší kusy. Mražené ovoce nechte při pokojové teplotě 10 minut povolit. Drobné plody a banány nakrájené na kolečka vkládejte do odšťavňovače po menších hrstech a mírně stlačujte pěchovací zátkou. Velké jahody po jednom kuse. Nikdy nevhazujte úplně zmrzlé suroviny, mohlo by dojít k poškození částí odšťavňovače.
b) Vkládejte čerstvé ovoce do plnicího hrdla a mírně stlačujte pěchovací zátkou. Vzniklou směs nechte zmrazit a poté znovu homogenizujte.

Náš tip

Příklad vhodných surovin pro přípravu sorbetu: banán, mango, maliny, borůvky, jahody a avokádo.
Ovoce lze homogenizovat i bez nástavce na zmrzlinu a ořechová másla - v takovém případě získáte sorbet s konzistencí dřeně. Naopak s nástavcem bude sorbet celistvější.
Protože mražené ovoce ztrácí sladkou chuť, můžete sorbet dosladit např. medem.
Pro ozdobu použijte čerstvé ovoce, strouhané ořechy, čokoládové hoblinky apod.

Krok 3

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky nádobí.

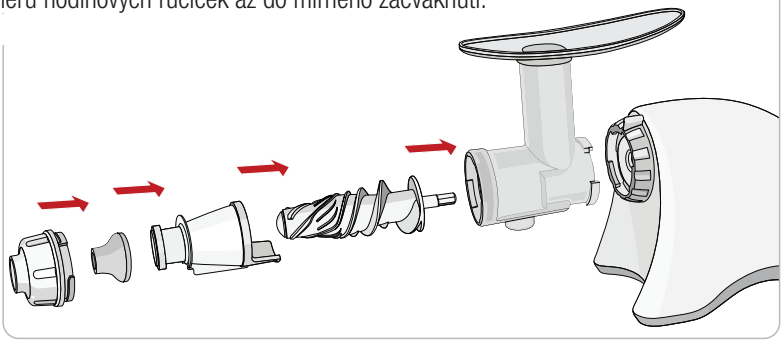
Výroba zmrzliny

Krok 1

Zmrzlinu lze připravit několika způsoby. Vyzkoušejte následující dva.

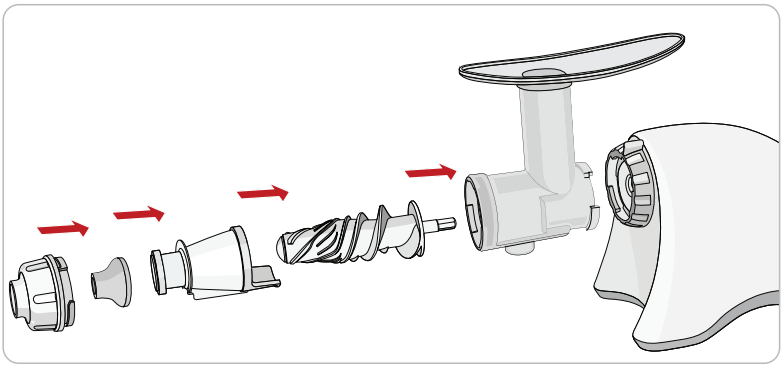
a) Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
V této fázi zatím není potřeba vkládat nástavec. Samotný držák síta nasaďte zpět na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.

Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Vývodem drti bude vycházet zmrzlina.
Pod vývod šťávy postavte nádobu na šťávu kvůli případnému odkapávání zpracovávaného ovoce.
Vkládejte čerstvé ovoce do plnicího hrdla a mírně stlačujte pěchovací zátkou.
Následně směs promíchejte v misce s mlékem a medem, případně dalšími přísadami podle chuti.
Dejte do plastové nádoby a nechte zmrazit.
Před opětovným zpracováním již zmražené směsi sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Do držáku síta vložte z jeho zadní strany nástavec na zmrzlinu a ořechové máslo.
Držák síta s vloženým nástavcem nasaďte zpět na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.



Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Vývodem drti bude vycházet zmrzlina.
Zmraženou směs nakrájejte na podélné pásky, vkládejte do plnicí trubice a mírně stlačujte pěchovací zátkou.

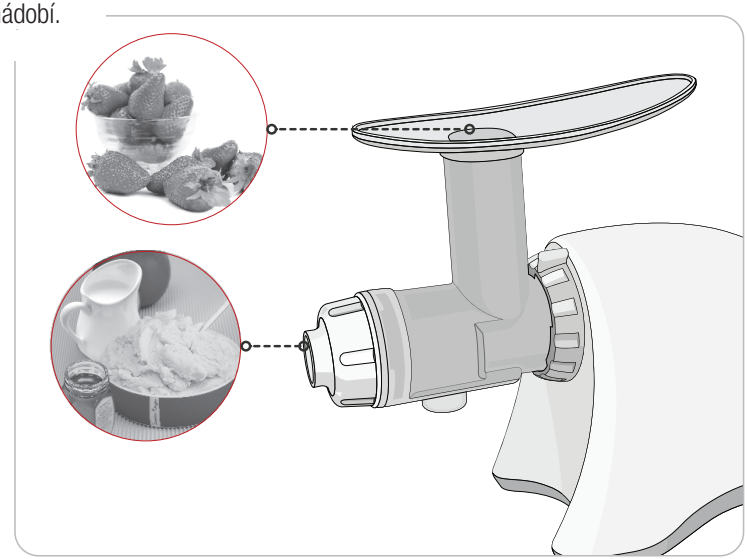
b) Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
Do držáku síta vložte z jeho zadní strany nástavec na zmrzlinu a ořechové máslo.
Držák síta s vloženým nástavcem nasaďte na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.



Do plnicí trubice střídavě vkládejte čerstvé ovoce a kousky předem zmraženého mléka.
Směs můžete nechat projet odšťavňovačem ještě jednou, aby se krásně spojila.
Můžete ihned konzumovat nebo ještě na chvíli uložit do mrazáku.

Krok 2

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky nádobí.



Výroba ořechového másla

Krok 1

Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
Držák síta nasaďte zpět na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.

Krok 2

Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Vývodem drti bude vycházet máslo.
Připravte si pražené ořechy. Zhomogenizovat lze prakticky všechny druhy (nejvhodnější jsou arašídy, vlašské nebo kešu ořechy – obecně ty druhy, které obsahují více oleje). Mohou být i solené.
Ořechy před lisováním smíchejte s rostlinným olejem, stačí 1 lžíce slunečnicového oleje na každých 100 g ořechů.
Zapněte odšťavňovač a začněte vhazovat ořechy. Při plnění vkládejte vždy max. 1 polévkovou lžíci ořechů a s dalším plněním počkejte, dokud se nezpracuje předchozí dávka.
Po prvním projetí celé dávky ořechů můžete do odšťavňovače vložit nástavec na zmrzlinu a ořechová másla. Dosáhnete tím jemnější konzistence. Nikdy jej nevkládejte ještě před prvním projetím, mohlo by dojít k poškození dílů!
Vzniklou pastu projeďte odšťavňovačem vícekrát, dokud nebude mít vámi požadovanou (roztíratelnou) konzistenci.

Upozornění: S odšťavňovačem nelze zpracovávat semena (lněná, sezamová apod.)!

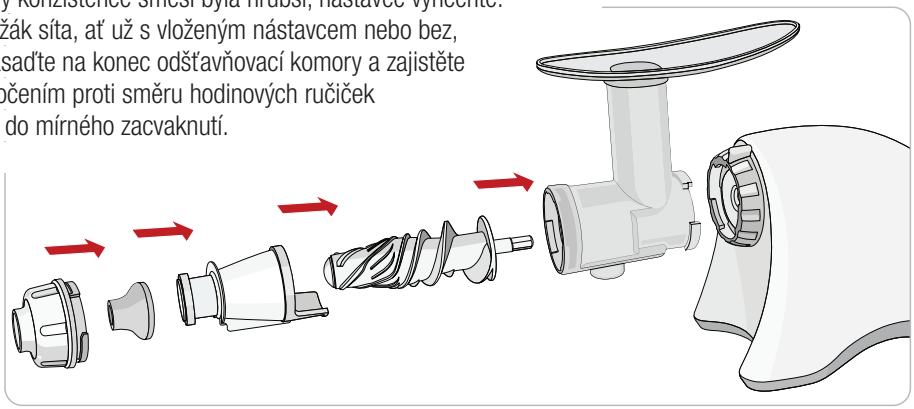
Krok 3

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky na nádobí.

Příprava dětské stravy

Krok 1

Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
Pokud chcete, aby byla dětská přesnídávka nebo příkrm jemné a hladké konzistence, do držáku síta vložte z jeho zadní strany nástavec na zmrzlinu a ořechové máslo. Preferujete-li, aby konzistence směsi byla hrubší, nástavec vynechte.
Držák síta, ať už s vloženým nástavcem nebo bez, nasaďte na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.



Krok 2

Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Vývodem drti bude vycházet hotový dětský příkrm.
Pod vývod šťávy postavte nádobu na šťávu kvůli případnému odkapávání šťavnatějších surovin.
Nachystejte si suroviny. Můžete připravovat ovocné a zeleninové přesnídávky nebo homogenizovat například vařené maso s přílohou a zeleninou.

a) Vkládejte čerstvé ovoce (například oloupaná jablka zbavená jádřince, banány, jahody, oloupané pomeranče a kiwi ad.) do plnicího hrdla a mírně stlačujte pěchovací zátkou.
b) Předem uvařené suroviny (například kuřecí prso, brambory, mrkev, celer a hrášek) střídavě vkládejte do plnicího hrdla a mírně stlačujte pěchovací zátkou.

Krok 3

Vzniklou směs promíchejte a podávejte.

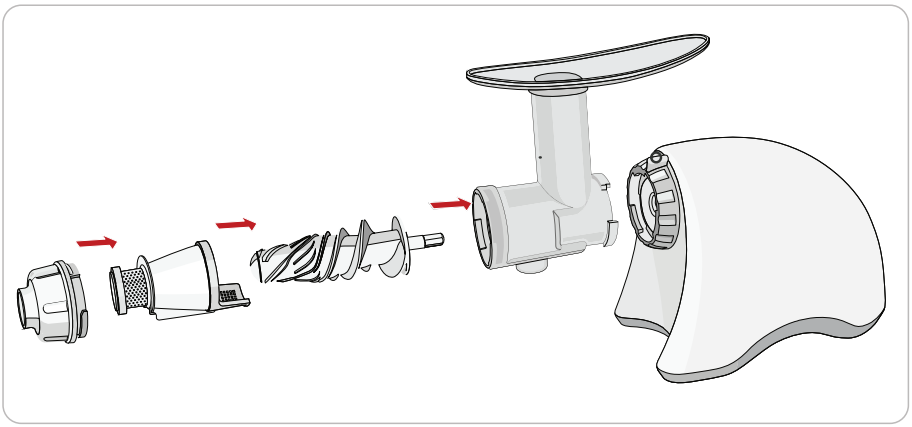
Krok 4

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky na nádobí.

Výroba mandlového mléka

Krok 1

Zasuňte šnek do odšťavňovací komory a poté vložte jemné síto pro odšťavňování.
Nasaďte držák síta na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.



Krok 2

Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Tímto vývodem bude vycházet mandlová drť.
Pod vývod šťávy postavte nádobu na šťávu. Tímto vývodem bude vytékat mandlové mléko.
Mandle, které byly předem po dobu 6 hodin namočené ve vodě, postupně vhazujte do plnicí trubice.
Pokud je potřeba, mírně stlačujte pěchovací zátkou.
Výslednou mandlovou drť zalijte vodou a promíchejte.
Drť smíchanou s vodou vkládejte pomocí naběračky do plnicí trubice a mírně stlačujte pěchovací zátkou.
Výsledkem je mandlové mléko.
Suchou drť můžete využít k dalšímu zpracování, například při pečení koláčů.

Krok 3

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky na nádobí.

Mletí kávy

Krok 1

Sejměte držák síta z odšťavňovací komory.
Vložte homogenizační pouzdro (namísto síta).
Nasaďte držák síta zpět na konec odšťavňovací komory a zajistěte otočením proti směru hodinových ručiček až do mírného zacvaknutí.
Upozornění: Nevkládejte nástavec na zmrzlinu a ořechová másla ani na těstoviny!

Krok 2

Pod vývod drti umístěte misku nebo nádobu na drť. Tímto vývodem bude vycházet mletá káva.
Pod vývod šťávy postavte nádobu na šťávu s ohledem na možné odpadávání drobků namleté kávy.
Postupně a po malých dávkách vsypávejte pražená kávová zrna do plnicí trubice. Malou dávkou se rozumí max. 1 lžička kávových zrn naráz – s dalším plněním vždy počkejte, dokud se nezpracuje předchozí dávka.
Výsledkem je hrubě namletá káva.

Krok 3

Rozložte odšťavňovač a omyjte díly v teplé vodě s mýdlem nebo saponátem, nikdy je nevkládejte do myčky na nádobí.

Rady a tipy

- Dbejte zvýšené pozornosti při odšťavňování následujících surovin:
  - Ovocné plody s tvrdými peckami nebo semeny, jako jsou například třešně, švestky, broskve a meruňky, před zpracováním v odšťavňovači odpeckujte.
  - Suroviny s vyšším obsahem rostlinných vláken (vodní petržel, řapíkatý celer apod.) pokrájejte na menší kousky o velikosti 3-4 cm a vkládejte postupně do hrdla násypky. Totéž platí pro stonky kopřivy.
  - Nevkládejte do odšťavňovače sezamová a jiná olejnatá semínka, čínský pepř a další suroviny, které nelze odšťavnit.
  - Neodšťavňujte ovoce naložené v alkoholu, medu nebo cukru. Mohlo by dojít k poškození nebo selhání odšťavňovače.

- Zmražené ovoce nebo uschlé suroviny skladované delší dobu v lednici mohou obsahovat méně šťávy nebo je dokonce vůbec nepůjde odšťavnit.
- Odpadní drť získanou při odšťavňování se již nepokoušejte dále v odšťavňovači zpracovávat. Výjimkou je měkké ovoce, které můžete znovu odšťavnit.
- Na odšťavňovači nikdy nezpracovávejte obiloviny, luštěniny, sušené ovoce, syrové (nepražené) ořechy, jakákoli semena, kostky ledu, syrové maso a podobné suché nebo pružné suroviny. Mohlo by dojít k poškození nebo selhání.
- Doporučujeme Vám pít čerstvou šťávu hned po odšťavnění.
- Nepoužívejte odšťavňovač nepřetržitě déle než 30 minut. Mohlo by dojít k přehřátí motoru a poškození odšťavňovače.
- Z důvodu tvorby usazenin je nutné čas od času vyčistit díly odšťavňovače důkladněji. Ponořte je na 30 minut do ničím neředěného Sava na čištění studní a bazénů nebo do čisticího prostředku určeného na odšťavňovače. Poté je opláchněte pod tekoucí vodou a případné zbytky usazenin otřete houbičkou. Motorovou část odšťavňovače nikdy do Sava ani jiného čističe neponořujte, vždy ji jen otřete vlhkým hadříkem. Savo, do kterého jste díly ponořili, můžete po čištění vrátit zpět do lahve a bez problémů používat k čištění opakovaně. Nikdy nevylévejte větší množství Sava do WC nebo kanalizace!

Řešení problémů

Dříve než se rozhodnete obrátit na výrobce nebo autorizované servisní středisko, přečtěte si níže praktické rady pro řešení některých technických problémů.

ODŠŤAVŇOVAČ NEJDE SPUSTIT.

- Zkontrolujte, zda je správně zapojena zástrčka v zásuvce.
- Pokud odšťavňovač stále nefunguje, obraťte se na zákaznickou linku vašeho prodejce.

ODŠŤAVŇOVAČ PŘESTAL PRACOVAT V PRŮBĚHU ODŠŤAVŇOVÁNÍ.

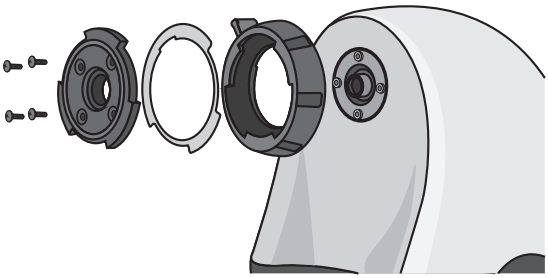
- Nechte odšťavňovač vychladnout po dobu 60 minut. Mohla být překročena maximální doporučená doba provozu (30 minut).
- Pokud se vám nepodařilo problém vyřešit, obraťte se na zákaznickou linku vašeho prodejce.

PO CELÉM ŠNEKU JSOU DROBNÉ ŠKRÁBANCE.

- Drobné škrábance jsou zcela běžné, nemusí vás znepokojovat. Vznikají při běžném používání odšťavňovače.

ŠŤÁVA VYTÉKÁ KOLEM HŘÍDELE ŠNEKU NA MOTOROVOU ZÁKLADNU

- Zkontrolujte, zda není dávka surovin v odšťavňovací komoře příliš velká.
- Při zpracování nadměrné dávky surovin se může stát, že dojde k zahlcení odšťavňovače a šťáva se dostane do otočného zámku, který slouží k uchycení odšťavňovací komory.
- Nesnažte se zpracovat najednou maximální množství surovin. Volte vždy raději menší a pravidelné dávky.
- Opakované zatékání šťávy může znesnadnit otáčení bezpečnostního zámku sloužícího pro uchycení odšťavňovací komory. V takovém případě je nutné mechanismus zámku rozebrat uvolněním čtyř šroubů a odstranit zbytky zaschlé šťávy.



ODŠŤAVŇOVACÍ KOMORA SE PŘI ODŠŤAVŇOVÁNÍ CHVĚJE.

- Mírné chvění lisovacího šneku a odšťavňovací komory je běžné. Je způsobeno otáčkami motoru a nejedná se o závadu odšťavňovače. Při zpracování tvrdých surovin (např. mrkev, brambory, řepa, petržel apod.) může být chvění více patrné než při odšťavňování měkkých druhů ovoce a zeleniny.

Jablečná šťáva

Jablečná šťáva pomáhá účinně snižovat obsah cholesterolu v krvi a eliminovat v těle obsah kovů a škodlivých látek, zvyšuje činnost orgánů, snižuje riziko infarktu, rakoviny střev a prostaty, diabetu typu II a astmatu. Konzumace jablek pomáhá zmírnění průběhu nemocí a rekonvalescenci, snižuje riziko rakoviny a onemocnění srdce. Jablka obecně napomáhají trávení, činnosti prostaty a jsou velmi vhodná při dietách. Jablka obsahují vitamíny C, B, železo, hořčík, vápník, zinek, draslík, kyselinu chlorovodíkovou a celulózu.

Citronová šťáva

Čerstvá citronová šťáva je základní ingrediencí ovocných šťáv. Vyznačuje se vysokým obsahem vitamínu C a výrazným citrusovým aroma. Šťáva má pH 3,2. Obsah kyseliny citrónové se pohybuje mezi 6 - 7 %. Citrusy obsahují rovněž menší množství kyseliny jablečné a akonitové. Dále obsahují 1 - 3 % cukru. K výrazné chuti přispívá silné citrónové a ananasové aroma. Citrónová šťáva je vynikající pro aromatizování nejrůznějších nápojů. Velice účinně pomáhá při nachlazení, bolestech hlavy či zánětu močové trubice.

Mrkvová šťáva

Mrkvová šťáva je hlavním zdrojem vitamínu A, který je důležitý pro čištění a regeneraci jater. Obsahuje rovněž karoten, jenž patří mezi nejdůležitější antioxidanty. Pro dosažení maximálního efektu se doporučuje kombinovat konzumaci mrkvové šťávy s ostatními druhy.

Šťáva z mrkve (300 g) a špenátu (180 g) má velice blahodárný účinek na trávení.
Šťáva z mrkve (240 g), řepy (90 g) a okurky (150 g) je nejlepší na játra a ledviny.

Mrkev má obecně velice dobrý účinek na zrak. Z těchto důvodů je vhodné přidávat mrkev do každé zeleninové šťávy s podílem alespoň 50 %.

Při konzumaci mrkvové šťávy se mohou na pokožce objevit žluté skvrny. Je to díky obsahu karotenu a fytochemických látek, které způsobují vyplavování škodlivin. Pokračujte v pravidelném pití, tyto skvrny zakrátko samovolně zmizí a barva pokožky se vrátí do normálního stavu.

Šťáva z chřestu

Chřest obsahuje v relativně velkém množství alkaloid zvaný asparagin, který se nachází v živých rostlinách a představuje pro ně životně důležitou složku. Bez ní totiž nejsou schopny růst ani zůstat naživu.

Vařením nebo zavařováním se asparagin znehodnocuje. Dochází k rozpuštění vodíku a kyslíku a k degradaci přírodních solí, které z tohoto alkaloidu vznikají.

Užívání šťávy z chřestu je velice účinné při špatné funkci ledvin, při problémech se žlázami s vnitřní a vnější sekrecí a při revmatismu.

Revmatismus je následkem přílišné konzumace masa, která vede k nadměrné tvorbě kyseliny močové v organismu. Nejenže jsou tímto velmi zatěžovány ledviny a další vyměšovací orgány, ale kyselina močová se navíc ukládá ve svalech a výsledkem jsou omezující revmatické bolesti. U mužů pak dochází také k prostatickým potížím.

Šťávu z chřestu je lepší kombinovat s další surovinou, například s mrkví, protože samostatně může být její účinek na ledviny příliš silný. V kombinaci s mrkví však účinně a přitom šetrně předchází výše popsaným problémům a léčí je.

Šťáva z hlávkového zelí

Tato šťáva je vhodná především pro léčení vředů na dvanácterníku. Jedinou její nevýhodou je, že způsobuje nadýmání. Šťáva z hlávkového zelí výrazně přispívá k pročištění a deoxidaci (odkyselení) celého organismu. Po její konzumaci mohou být sice projevy plynatosti mírně nepříjemné, ale je potřeba si uvědomit, že k tomu dochází jen z důvodu dodatečného trávení nestrávených zbytků potravy ve střevě, které šťáva z hlávkového zelí umocňuje.

Mezi největší přednosti hlávkového zelí patří obsah síry, chlóru a jódu. Společný obsah síry a chlóru je velice přínosný pro čištění žaludku. Toto ale platí jen při konzumaci v přírodním stavu. Přidáním soli (např. za účelem zkvašení) tento účinek mizí a zelí potom zažívacímu ústrojí naopak škodí.

Konzumací šťávy z hlávkového zelí lze efektivně předcházet nejen vředům, ale i zácpě. Zácpa je velice často příčinou kožních problémů. Pitím dostatečného množství šťávy lze tyto problémy eliminovat.

Celerová šťáva

Mezi největší přednosti celerové šťávy patří obsah aktivního organického sodíku. Sodík v této formě dokáže udržovat vápník v tekutém skupenství, což je pro naše tělo velice zásadní. Celer v přírodním stavu obsahuje 4krát více sodíku než vápníku. Z tohoto důvodu je konzumace celeru velice důležitá pro osoby se zvýšeným příjmem škrobu nebo cukrů.

Sodík hraje v našem těle významnou roli. Mezi ty nejdůležitější benefity patří udržování plynulosti krevního oběhu a činnosti lymfatického systému. Tyto vlastnosti má ale sodík jen v přírodní podobě, ve které je obsažen v čerstvé zelenině a ovoci.

Okurková šťáva

Okurky jsou velice známy svým močopudným účinkem. Protože zároveň obsahují křemík a síru, jejich konzumace je prospěšná například i pro růst vlasů. V kombinaci se šťávou z mrkve, hlávkového salátu a špenátu je prospěšnost okurkové šťávy mnohem výraznější.

Okurky obsahují minimálně 40 % draslíku, 10 % sodíku, 75 % vápníku, 20 % fosforu a 7 % chlóru. Přidáte-li do okurkové šťávy mrkvovou šťávu, získáte vynikající nápoj působící proti revmatismu, ke kterému dochází vlivem nadměrného usazování kyseliny močové v těle a především v kloubech.

Díky vysokému obsahu draslíku je vhodné pít okurkovou šťávu při problémech s vysokým krevním tlakem nebo hnisavými záněty dásní a zubů. Okurky působí preventivně proti vypadávání vlasů a lámavosti nehtů. V kombinaci s mrkvovou šťávou a šťávou z hlávkového salátu získáte velice účinný nápoj proti nejrůznějším kožním problémům.

Pampelišková šťáva

Šťáva z pampelišek je považována za jednu z nejléčebnějších. Pomáhá proti překyselení organismu a neutralizuje i nadměrný příjem zásaditých látek. Obsahuje velké množství draslíku, vápníku, sodíku, hořčíku i železa.

Hořčík přispívá k celkovému posílení a odolnosti organismu, je nutný pro zesílení kostní tkáně. Díky obsahu vápníku, železa a síry v kombinaci s aktivním hořčíkem v přirozené formě významně přispívá ke krvetvorbě. Hořčík je základní stavební látkou pro buňky většiny orgánů našeho těla, především plic a nervové soustavy.

Šťáva z listů nebo i kořenů pampelišky doplněná šťávou z řepy nebo mrkve je vynikající při zlomeninách nebo onemocnění kostí. Působí zároveň proti kazivosti chrupu, zánětům dásní i paradontóze.

Bramborová šťáva

Šťáva ze syrových brambor velice dobře působí na pročištění kůže. Výrazně k tomu přispívá obsah draslíku, síry, fosforu a chlóru. Ale tyto látky působí prospěšně, jen pokud jsou v přirozené aktivní formě.

Ve směsi s mrkví a celerem působí bramborová šťáva velice dobře proti neuralgii, dně a nejrůznějším svalovým problémům. Při těchto obtížích doporučujeme každodenní konzumaci bramborové šťávy smíchané s mrkvovou a okurkovou šťávou v poměru 1 : 1. V této době byste se měli vyvarovat konzumace masa.

Sladké brambory nejsou z botanického hlediska žádným způsobem příbuzné s běžnými brambory. Na rozdíl od nich obsahují sladké brambory pouze 1/3 sacharidů, 3krát více vápníku, 2krát více sodíku, 2krát více křemíku a 4krát více chlóru.

Špenátová šťáva

Špenát je znám jako zelenina s blahodárnými účinky na celý trávicí systém. Působí prospěšně na funkci žaludku, dvanácterníku, podporuje činnost tenkého a tlustého střeva i dalších vnitřních orgánů. Jeho konzumací přispíváme k přirozenému pročištění a regeneraci.

Pitím špenátové šťávy v množství 0,5 l denně budete moci pocítit její léčebné účinky a posléze i trvalé zlepšení již po několika týdnech.

Účinky špenátu ale nemusíte pocítit nutně jen na zlepšení trávení. Syrový špenát působí preventivně proti zánětům dásní a paradontóze. Paradontóza je vlastně mírnou formou kurdějí. Její příčinou je nedostatek takových prvků v těle, které najdeme především ve šťávě ze špenátu a mrkve. Její hojné pití společně s konzumací syrové stravy přináší trvalou pomoc.

Špenát by neměl být konzumován tepelně upravený. Vařený nebo pařený může způsobovat žaludeční obtíže nebo bolestivost, kterou vyvolává usazování a krystalizace tepelně zpracované kyseliny šťavelové v ledvinách.

Rajčatová šťáva

Šťáva z rajských jablek je jednou z nejoblíbenějších. Při trávení čerstvé rajčatové šťávy dochází k zásaditým reakcím, které vyvolávají okamžitý účinek a úlevu. Toto však platí, pouze když neobsahuje škrob a cukr a je konzumována v kombinaci s ostatními druhy zeleninových šťáv. Jedině poté dochází k žádoucím oxidačním účinkům. Rajská jablka obsahují výrazné množství kyseliny citrónové a jablečné, v menší míře pak i kyselinu šťavelovou. Jsou-li tyto kyseliny přijímány v čerstvé zelenině v přírodní formě, působí velice prospěšně na trávení a metabolické procesy. Jakmile ale dojde k tepelné úpravě, tyto látky se přemění na anorganickou formu a mohou být pro organismus i škodlivé. Na trhu je mnoho druhů rajských jablek, pro výrobu šťávy jsou v čerstvém stavu vhodné všechny. Cherry rajčata se však odšťavňují nejlépe.

Šťáva z kadeřavé petržele

Tento druh šťávy se vyznačuje velkým obsahem síry, který je více než o třetinu vyšší než ve všech ostatních šťávách a soli dohromady. V organismu výrazně přispívá k tvorbě síry, fosforu a chlóru. Protože se jedná o šťávu s velice intenzivním pročišťovacím účinkem na trávicí trakt, nedoporučuje se konzumovat ji samostatně, ale v kombinaci s ostatními druhy zeleninových šťáv, v ideálním případě s mrkví nebo celerem.

Šťáva z hlávkového salátu, ředkve a petržele kombinovaná s mrkvovou a špenátovou šťávou má vynikající účinky na krvetvorbu. Obsahuje všechny potřebné látky pro intenzivnější vázání kyslíku. Je vhodná na anémii a nízký krevní tlak a při dietě.

Cibulová šťáva

Šťáva získaná z cibule působí preventivně proti srdečním onemocněním, vysokému krevnímu tlaku a respiračním onemocněním. Vyznačuje se rovněž antikarcinogenním účinkem, či podporou celkové vitality a odolnosti proti stresu. Uznávaný londýnský vědec zabývající se onemocněními srdce dospěl po dlouholetých výzkumech k závěru, že užívání cibule při léčbě srdečních onemocnění přineslo mnohem pozitivnější výsledky než vlastní medikace. Existují vědecky doložené studie, které prokázaly, že lidé každodenně konzumující cibuli jsou méně náchylní k výskytu srdečních chorob a respiračních onemocnění. Cibule rovněž podporuje tvorbu inzulínu, který, jak známo, působí preventivně proti vzniku cukrovky. Prokázány jsou rovněž příznivé účinky cibule na zrak nebo čich i mozkovou činnost. Působí prospěšně i proti závratím a nespavosti.

Cibule obsahuje 90 % vody a chutná sladce díky obsahu cukrů. To je důvod, proč můžeme díky cibuli omezit použití cukru při vaření. Cibule rovněž obsahuje menší množství tuku, vysoký podíl bílkovin, vápníku a železa.

Nepříjemné aroma cibule způsobuje allylsulfid, který podporuje sekreci trávicích šťáv a metabolické procesy, zejména využití vitamínu B1. Allylsulfid má rovněž antibakteriální účinek. Jsou doloženy případy, kdy v době ještě neexistujících antibakteriálních léků byla pacientům s úplavicí s úspěchem podávána cibule.

V rámci vylepšení zdraví ale určitě nepijte příliš mnoho této šťávy. Postačí odšťavnit polovinu cibule a kombinovat jí s dalšími šťávami, například s jablečnou nebo mrkvovou.

Šťáva z kudzu

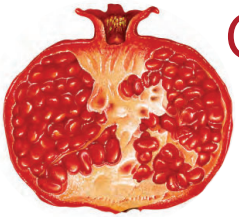
Dongeuibogam (kniha orientální medicíny) charakterizuje kudzu jako: "Kudzu je látka jemná a studená. Je zároveň sladká bez obsahu jedovatých látek. Velice účinně pomáhá při bolestech hlavy a odbourávání alkoholu rozšiřováním pórů a uvolňováním cukru do krevního řečiště. Podporuje chutenství a trávení, velice účinně pomáhá při popáleninách. Žízeň způsobená vyčerpáním nelze snad řešit jinak než pomocí kořínků kudzu. Pomáhá rovněž při léčení alkoholismu."

Kořínky kudzu se sbírají na jaře nebo na podzim. Po sběru se promyjí, usuší a nakrájí na malé kousky. Kudzu je tvořeno ze 70 % vodou, ale zároveň obsahuje velice snadno stravitelné cukry, celulózu, bílkoviny, železo, fosfor a řadu vitamínů. Obsahuje rovněž i léčivé látky, jako je daidzin, působící pozitivně na snižování tělesné teploty a krevního tlaku.

Šťáva z hroznového vína

Nejlepší šťávu lze získat z plně zralého hroznového vína. Nedoporučujeme odrůdy s příliš vysokým obsahem jader - šťáva je pak více hořká. Běžně dostupné šťávy z hroznového vína byly tepelně upraveny, což znamená, že po 3 - 6 měsících již neobsahují vápník v aktivní podobě a při nadměrné konzumaci se mohou dokonce usazovat v cévách. Zamrazená šťáva z hroznového vína bude vždy obsahovat všechny živiny a vitamíny v aktivní formě a lze ji konzumovat po celý rok. Je bohatá na draslík, železo a je jedním z nejlepších prostředků k vyloučení kyseliny močové z organismu. Pravidelnou konzumací přispíváte k odkyselení. Chuť čerstvé šťávy se navíc s produkty nabízenými na trhu nedá vůbec srovnávat.

Šťáva z granátových jablek



Granátová jablka jsou známá obsahem ženského hormonu estrogenu. Při jeho dlouhodobějším užívání sice může docházet k vedlejším účinkům, ale v případě granátového jablka, kde je tento hormon obsažen v přírodní formě, se nemusíte žádného nežádoucího působení obávat. Šťávu z granátových jablek je možno zamrazit a užívat po dobu jednoho roku.

Šťáva z mandarinek a jablek

Jablečná šťáva po vylisování velice rychle hnědne. Kyselé látky obsažené v mandarinkové šťávě pomáhají barvu jablečné šťávy stabilizovat. Kombinací jablek a mandarinek v poměru 1 : 1 docílíte i oddálení nástupu oxidačního procesu. Výsledná šťáva je bohatá na vitamíny, je velice chutná a osvěžující. Tuto šťávu je rovněž možno zamrazovat a konzumovat po celý rok. Doporučujeme vždy koupit zralé mandarinky.

Šťáva z ananasu, pomerančů a jablek

Připravte si ananas, pomeranče a jablka ve stejném množstevním poměru. Ananas a pomeranče zbavte slupky, jablka ponechte se slupkou. Nakrájejte plody na menší kousky, odšťavněte a šťávu zamrazte. Dětem je možno podávat šťávu jako zmrzlinu, dospělí ji mohou pít jako džus.

Hrušková šťáva

Hrušková šťáva je pravděpodobně mnohem dostupnější v obchodní síti, ale je potřeba počítat s tím, že enzymy a vitamíny byly zničeny při její tepelné úpravě. Šťáva získaná z čerstvých hrušek nebo případně i zamrazená představuje výborný a zdravý nápoj s obsahem aktivních enzymů.

ZDROJ SÍLY

PŘÍSADY
výseč vodního melounu (asi 5 cm v nejširším místě)
2 pomeranče
čtvrtka ananasu

POSTUP
Pomeranče oloupejte a rozdělte je na dílky. Vodní meloun okrájejte tak, aby se vešel do nástavce – někdo odšťavňuje dužinu nejradši i se slupkou (rozhodně není třeba odstraňovat jadérka)! Ananasovou dužinu vykrojte z kůry. Přísady odšťavněte jednu po druhé a smíchejte ve vysoké sklenici.

Při popíjení tohoto řízného nápoje načerpáte sílu a budete se lépe soustředit.

TEKUTÝ OBĚD

PŘÍSADY
2 mrkve
polovina okurky
2 celerové natě
polovina řepy

POSTUP
Mrkev a celer vydrhněte, odkrojte z nich horní i spodní konce. Řepu pečlivě vydrhněte a odstraňte vláknitý spodek. Odšťavněte řepu, po ní mrkev a celer a nakonec okurku (s trochou štěstí odplaví okurka agresivní barvu řepy a mrkve z odšťavňovače). Šťávy smíchejte ve sklenici a ozdobte celerovou natí.

Účinky této šťávy využijte, pokud nemáte čas na oběd. Jedná se o zdravou kombinaci, která je vynikající náhražkou jídla. Pokud dáváte přednost sladší chuti, přidejte ke směsi dva pomeranče.

BARBADOSKÝ VÁNEK

PŘÍSADY

polovina ananasu
polovina žlutého melounu
1 kiwi

POSTUP

Kiwi oloupejte a pokrájejte. Ananasovou dužinu vykrojte z kůry, odstraňte melounovou slupku. Odšťavňujte jednu přísadu po druhé, smíchejte ve vysoké sklenici. Ozdobte plátkem kiwi.

Výrazná vzpružující šťáva, dokonalá k popíjení na konci dlouhého dne. Jemný meloun zklidní nervy, bromelain v ananasu uklidní podrážděnou trávicí soustavu. Lehněte si, upíjejte a představujte si, že jste na teplé pláži a jemně vás ovívá karibský vánek.

POSILOVAČ SVALŮ

PŘÍSADY

polovina citronu
1 pomeranč
1 hruška
1 jablko

POSTUP

Nechte si stranou polovinu citronu na ozdobné plátky. Zbývající polovinu oloupejte spolu s pomerančem. Pokrájejte jablko a hrušku. Odšťavněte a šťávy smíchejte ve sklenici. Ozdobte plátky citronu, pomeranče a jablka.

Tato šťáva není vhodná pro osoby trpící osteoartritidou, protože podle některých léčitelů citrusové šťávy přispívají k zánětům kloubů. Tato šťáva vám pomůže zklidnit svalové bolesti.

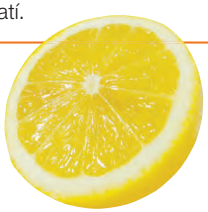
PANENSKÁ MARY

PŘÍSADY

6 rajčat
trocha tabaska
trocha worchesteru
polovina citronu
2 natě řapíkatého celeru

POSTUP

Rajčata rozpulte a oloupejte citron. Odšťavněte rajčata, po nich půlku citronu a jednu nať řapíkatého celeru. Šťávy smíchejte ve vysoké sklenici, přidejte pár kapek worchesteru a tabaska. Dobře promíchejte a ozdobte zbývající celerovou natí.



Bloody Mary je klasický koktejl, obvykle připravovaný s vodkou. Pokud ji vynecháte, získáte povzbudivě ctnostný a chutný nápoj.

POSILOVAČ

PŘÍSADY

2 jablka
100 g bílého hroznového vína
50 g řepy
1 cm plátek čerstvého zázvoru

POSTUP

Jablka nahrubo pokrájejte a odšťavněte. Víno omyjte a odšťavněte. Řepu vydrhněte, pokrájejte, odšťavněte, po ní zázvor. Nakonec vše smíchejte ve sklenici.

Světle purpurový koktejl, který se lehce pije a zanechá vás uvolněné a připravené ke spánku.

NEJLEPŠÍ RANNÍ KOKTEJL

PŘÍSADY
2 pomeranče
2 mrkve
1 jablko
1 mango
6 jahod
ledové kostky a plátky pomeranče na ozdobu
150 ml bílého jogurtu
2–3 porce

Odkrojte mrkvím oba konce a odšťavněte je. Nalijte šťávu do mixéru. Oloupejte jablka, zbavte je jádřinců a pokrájejte. Mango vypeckujte a dužinu vydlabejte do mixéru. Pomeranče oloupejte, rozdělte na dílky a vložte do mixéru s pokrájenými jablky a jahodami. Rozmixujte, přidejte led, vždy jen pár kostek najednou. Přidejte jogurt a mixujte, dokud směs nebude hustá a krémová.

Ti, kdo zelenině nedůvěřují, mohou nad tímto nápojem ohrnovat své malé nosíky. Když je ale přesvědčíte, aby ochutnali, rozhodně nebudou litovat. Jsou v tom jahody, takže to nemůže být tak zlé!

MANGOVOCITRONOVÉ OCHLAZENÍ

PŘÍSADY
1 mango
polovina citronu
perlivá minerálka a drcený led
plátek citronu na ozdobu
2 porce

POSTUP
Rozkrojte mango na polovinu a vyjměte pecku. Oloupejte a odšťavněte dužinu. Oloupejte citron, plátek ponechte na ozdobu. Polovinu citronu odšťavněte a šťávu smíchejte s mangovou. Nalijte do dvou sklenic a zalijte perlivou vodou.

Žízeň zahánějící směs šťáv, která oživí vaše děti (pokud to potřebují).

SHREK

PŘÍSADY
3 kiwi
100 ml bublinkové limonády
či sodové vody

POSTUP
Kiwi oloupejte a odšťavněte. Několik kostek ledu vložte do sklenice a zalijte šťávou z kiwi. Vmíchejte limonádu či sodovku, doplňte slámkou, a hurá na to.

Tento nápoj je plný cenných látek navzdory skutečnosti, že jeho barva připomíná kůži zlobra Shreka.

PASTELOVÝ CITRUSOVÝ KOKTEJL

PŘÍSADY
1 růžový grapefruit
2 pomeranče
polovina citronu

POSTUP
Ovoce zbavte slupky a rozdělte na dílky. Nezapomeňte ponechat co nejvíce jadérek. Postupně odšťavněte a smíchejte ve sklenici. Ozdobte plátkem citronu.

Milé probuzení, které vás nabije elánem a mentální silou.

JAHODOVÉ PŘEKVAPENÍ

PŘÍSADY
200 g jahod
2 jablka
100 ml perlivé vody
či limonády

POSTUP
Jahody omyjte a vložte do odšťavňovače. Jablka nahrubo pokrájejte a odšťavněte. Šťávy smíchejte ve sklenici a zalijte je šumivým nápojem dle vlastní volby. Ozdobte ovocnými špízy a slámkou.

Ozdobte malým ovocným špízem z jahody a plátkem citronu na koktejlovém párátku.

DĚTSKÝ SEKT

PŘÍSADY
150 g hroznového vína
polovina citronu
2 pomeranče
perlivá minerálka a led
2 porce

POSTUP
Oloupejte pomeranče a limetu, rozdělte na dílky a odšťavněte. Šťávu nalijte na kostky ledu a smíchejte s limonádou nebo perlivou vodou.

Tato lahodná šťáva vypadá velmi umně a můžete ji podávat na oslavách nebo při příležitostech, kdy dospělí pijí šampaňské.

OVOCNÁ BOMBA

PŘÍSADY
2 jablka
150 g bílého hroznového vína
25 g řeřichy či rokety
hrst čerstvého koriandru
15 ml limetové šťávy (polovina limety)

POSTUP
Jablka pokrájejte nahrubo a odšťavněte. Víno omyjte, odstopkujte a odšťavněte. Limetu oloupejte a polovinu odšťavněte, plátek ponechte pro ozdobení. Omyjte řeřichu (či roketu) a koriandr a odšťavněte. Šťávy smíchejte ve sklenici a ozdobte plátkem limety.

Tato palčivá bylinná směs je lehká a osvěžující, nabije vás energií.

MANDLOVÉ MLÉKO

PŘÍSADY
100 g mandlí
300 ml filtrované vody
1 lžíce sirupu z agáve (dle chuti)

POSTUP
Mandle namočíme na 6 hodin do vody. Potom vodu vylijeme, mandle propláchneme a postupně je vhazujeme do odšťavňovače. Vzniklou drť zalijeme 300 ml vody a promícháme. Naběračkou vkládáme tuto směs znovu do plnicí trubice. Výsledkem je mandlové mléko, které můžeme dochutit sirupem z agáve.

Mléko lze připravit stejným způsobem také z jiných druhů ořechů.

TĚSTOVINY

PŘÍSADY
200 g mouky
2 vejce
špetka soli
3 lžíce oleje

Toto těsto můžete použít pro všechny druhy těstovin, které lze s odšťavňovačem vyrobit.

POSTUP
Smíchejte ingredience a rukama vyválejte těsto. Vytvarujte ho do malých 3cm kuliček, aby se pohodlně vešlo do plnicí trubice. Poté sestavte odšťavňovač podle pokynů na str. 9, vkládejte těsto do plnicí trubice a mírně stlačujte pěchovací zátkou.

BANÁNOVÁ ZMRZLINA

PŘÍSADY
300 g banánů
šťáva z 1 citronu
½ lžičky vanilkového cukru
150 ml smetany
50 ml mléka
med nebo javorový sirup (množství dle chuti)

Pro výrobu zmrzliny můžete použít prakticky jakékoli ovoce. Kromě oblíbených banánů vyzkoušejte také jahody, lesní směs, borůvky, nebo třeba mango či kiwi.

POSTUP
Nakrájejte banány na širší kolečka a rozložte je na talíř nebo na plech vyložený pečicím papírem. Vložte na 2 hodiny do mrazáku. Vyčkejte jednu hodinu a pak nalijte smetanu, mléko a citronovou šťávu do mělké plastové nádoby, přidejte vanilkový cukr a míchejte, dokud se nerozpustí. Podle chuti dosladťe medem nebo javorovým sirupem. Směs dejte na cca 1 hodinu do mrazáku. Po hodině obojí vyndejte. Pokud jsou směs nebo banány ztuhlé příliš, nechte je trochu povolit. Poté nakrájejte směs na podélné pásky a vhazujte do odšťavňovače střídavě s banány (jak sestavit odšťavňovač pro přípravu zmrzliny najdete na str. 12). Vzniklou směs můžete nechat projet odšťavňovačem ještě jednou. Podávejte.

Využití drti

Existuje několik možností, jak využít drť, která vám zbyde po odšťavňování. **Ovocnou drť** můžete přidat do koláčů, buchet, muffinů a dalších sladkých receptů, ale také do jogurtu nebo ovesné kaše. Ozvláštníte tím chuť pokrmu a obohatíte ho o extra porci vlákniny. **Zeleninová drť** se hodí do polévek, omáček nebo třeba k masu. Také z ní můžete připravit vývar a pak ho použít při vaření. Pokud pro drť nenajdete využití ihned, můžete ji zamrazit.

DRŤOVÝ KOLÁČ

PŘÍSADY
3 hrnky ovocné drti
4 vejce
1 a ½ hrnku třtinového cukru
½ hrnku oleje
2 hrnky polohrubé mouky
prášek do pečiva
jakékoli nahrubo nakrájené ořechy
slunečnicová semínka
sušené brusinky
rozinky

POSTUP
V míse nebo ve šlehači smíchejte všechny ingredience, těsto přemístěte na plech a pečte při 170 °C. Koláč lze upéct i v domácí pekárně.

ZELENINOVÝ VÝVAR

PŘÍSADY
500 g zeleninové drti
2,5 litru vody
½ lžičky mořské soli
½ lžičky mletého pepře
čerstvé nebo sušené bylinky (pažitka, tymián, rozmarýn, oregano, bazalka, petržel)
1 lžíce olivového oleje

POSTUP
Olej dejte do hrnce a nechte ho trochu rozehřát. Potom přidejte drť a 2 minuty ji za současného míchání opékejte. Přidejte vodu, všechny bylinky a koření a přiveďte k varu. Jakmile začne voda vařit, trochu stáhněte plamen a vařte cca 20-30 minut, pro silnější vývar až 2 hodiny. Hotový vývar sceďte.

OBSAH

NÁVOD K OBSLUZE

Důležité bezpečnostní pokyny 1
Víceúčelový odšťavňovač 2
Obsah balení 2
Použití 4
Technická specifikace 4
Pokyny pro odšťavňování 5
Pokyny k čištění odšťavňovače 5
Pokyny k sestavení odšťavňovače 6
Práce s odšťavňovačem 8
Volba správného síta 9
Výroba těstovin 9
Výroba sorbetu 11
Výroba zmrzliny 12
Výroba ořechového másla 14
Příprava dětské stravy 15
Výroba mandlového mléka 16
Mletí kávy 17
Rady a tipy 18
Řešení problémů 19

DRUHY ZELENINOVÉ A OVOCNÉ ŠŤÁVY

Jablečná šťáva, Citronová šťáva, Mrkvová šťáva 20
Šťáva z chřestu, Šťáva z hlávkového zelí, Celerová šťáva 21
Okurková šťáva, Pampelišková šťáva, Bramborová šťáva 22
Špenátová šťáva, Rajčatová šťáva, Šťáva z vodní petržele 23
Cibulová šťáva, Šťáva z kudzu, Šťáva z hroznového vína 24
Šťáva z granátových jablek, Šťáva z mandarinek a jablek, Kaktusová šťáva, Šťáva z ananasu, pomerančů a jablek, Hrušková šťáva 25

NÁPOJE

ZDROJ SÍLY 26
TEKUTÝ OBĚD 26
BARBADOSKÝ VÁNEK 27
POSILOVAČ SVALŮ 27
PANENSKÁ MARY 28
POSILOVAČ 28
NEJLEPŠÍ RANNÍ KOKTEJL 29
MANGOVO-CITRONOVÉ OCHLAZENÍ 29
SHREK 30
PASTELOVÝ CITRUSOVÝ KOKTEJL 30
JAHODOVÉ PŘEKVAPENÍ 31
DĚTSKÝ SEKT 31
OVOCNÁ BOMBA 32
MANDLOVÉ MLÉKO 32

POTRAVINY

TĚSTOVINY 33
BANÁNOVÁ ZMRZLINA 33

VYUŽITÍ DRTI

DRŤOVÝ KOLÁČ 34
ZELENINOVÝ VÝVAR 34

Sana PRODUCTS®

Zjistěte více o produktech Sana na:

www.sana.cz

www.sana.cz