



.....

# Contents

## Table des matières

.....

### *The slow juicer* / **L'extracteur de jus**

- 6 How to assemble / *Montage*
- 8 Before using / *Avant utilisation*
- 10 How to clean / *Comment nettoyer*
- 12 Strainer, which is better? / *Filtre, quel est le plus adapté?*
- 14 How to prepare ingredients / *Découpe des ingrédients*

### *Fruit Juice* / **Jus de fruits**

- 18 Apple juice / *Jus de pomme*
- 20 Grape juice / *Jus de raisin*
- 22 Orange juice / *Jus d'orange*

### *Vegetable Juice* / **Jus de légumes**

- 24 Carrot juice / *Jus de carotte*
- 26 Tomato juice / *Jus de tomate*
- 28 Celery juice / *Jus de céleri*

### *Special recipes* / **Recettes spéciales**

- 30 Pear ginger tea / *Thé poire gingembre*
- 32 Mixed berry tea / *Thé aux fruits rouges*
- 34 Green smoothie / *Smoothie vert*
- 36 Detox juice / *Jus détox*
- 38 Natural fruit ice cream / *Crème glacée aux fruits naturels*
- 40 Fruit jelly / *Gelée de fruits*

.....

## The slow juicer

### L'extracteur de jus

.....

As life grows forever faster and more frenetic, so does the desire to find a moment of peace to dedicate to taste and to health. Smeg propose a juice extractor that takes natural and healthy fruits and vegetables and squeezes pure undiluted juices without damaging the the original ingredients. The technology that enables this is based on the SST™ Slow Squeezing Technology by Hurom, an extremely slow rotation system (for maximum effect) that does not use blades or any other type of cutting instruments.

*Comme la vie devient toujours plus exigeante et frénétique, le désir de trouver des moments de paix à consacrer au goût et à la santé s'intensifie. Smeg propose un extracteur de jus qui utilise des fruits et légumes naturels et sains, permettant d'obtenir des jus purs, non dilués, en préservant toutes les propriétés des ingrédients d'origine. La technologie employée est basée sur le pressage lent, SST™ Slow Squeezing Technology par Hurom, un système de rotation extrêmement lente (pour une efficacité maximale) n'utilisant pas de lames ou tout autre type d'instruments tranchants.*



# How to assemble Montage



1

Push the strainer fully into the spinning brush as shown in the picture. If not, you cannot go on to next step of assembly.

*Enfoncez entièrement le filtre dans la raclette rotative comme indiqué dans l'illustration. Si cette action n'est pas réalisée, vous ne pouvez pas passer à la prochaine étape du montage.*



2

Place assembled strainer and spinning brush like the picture n°1 into the chamber.

*Disposez le filtre et la raclette rotative assemblées comme dans l'illustration n°1 sur la cuve.*



Always make sure that the juicer has been fitted together correctly. When the lever is placed in OPEN position, the chamber set is not placed properly on the base. After assembling the chamber set, you must change the lever to CLOSE position.

*Veillez vérifier si l'ensemble de la cuve est bien assemblé avec le bloc moteur. Quand le levier de commande est réglé sur la position OPEN, la cuve n'est pas correctement placée sur le bloc moteur. Après avoir installé l'ensemble de la cuve, veuillez mettre le levier de commande sur la position CLOSE.*



3

Put the screw into the chamber fitting both wings of screw in the groove of spinning brush.

*Mettez la vis dans la cuve en calant les deux ailerons de la vis dans la rainure de la raclette rotative.*



4

Turn the hopper clockwise and lock it in place.

*Tournez la goulotte dans le sens horaire et verrouillez-la.*



5

Place the assembled chamber set on the base.

*Disposez la cuve à jus ainsi assemblée sur le bloc moteur.*



If you need more information about how to assemble, please note instruction manual.  
*Si vous avez besoin d'informations supplémentaires sur le montage, veuillez consulter le mode d'emploi.*

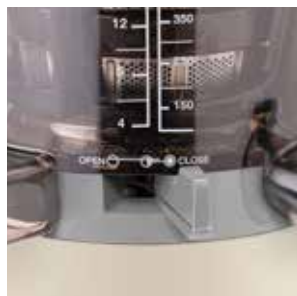
## Before using Avant utilisation

### 1 Preparation, extraction of juice

#### Préparation, extraction de jus

Closing the lever is basic preparation before juicing. Please check that the lever is closed completely before use. Thicker and softer juice is made when the lever is closed completely. In case of fruits with hard seeds (grapes, raspberries, kiwi, pomegranate, etc), the lever should be closed and then adjusted to the half-opened position when juice starts to come out.

*Fermer le levier de commande est l'étape de préparation de base avant de procéder à l'extraction. Veuillez vérifier si le levier de commande est complètement fermé avant toute utilisation. Lorsque le levier de commande est complètement abaissé, les jus obtenus sont plus épais et plus doux. Dans le cas de fruits contenant des graines dures (raisins, robus coreanus, kiwi, grenade, etc.), le levier de commande doit être baissé. Mettez ensuite le levier de commande sur la position demi-ouverte lorsque le jus commence à sortir.*



### 2 Cleaning

#### Nettoyage

When disassembling and cleaning the chamber, open the lever completely. You can clean the chamber simply and easily.

*Lors du démontage et du nettoyage de la cuve, levez complètement le levier de commande. Le cuve à jus peut alors être nettoyé en toute simplicité.*



### 3 Finishing, simple cleaning Finition. Nettoyage simple

When extraction is almost finished, open the lever completely to release the compressed pulp. Pulp in the strainer is reduced so that the hopper is opened more easily after use. During simple cleaning, place the lever in half-opened position and release the compressed pulp.

*Quand l'extraction est pratiquement terminée, placez le levier de commande complètement sur open et évacuez la pulpe comprimée. La quantité de pulpe dans la passoire a été réduite, la trémie s'ouvre donc plus facilement après utilisation. Lors du nettoyage simple, mettez le levier sur la position demi-ouverte et évacuez la pulpe comprimée.*



### How to use Reverse button

#### Utilisation du bouton Reverse

1. When the machine stops operation during juicing because it has been overfilled push reverse button for few seconds and stop. Repeat it 2 or 3 times.
  2. When the hopper will not open easily after use push reverse button for a few seconds with the lever placed in a half-opened position and then stop. Repeat it 2 or 3 times.
- Warning!** After operation is completely stopped, push reverse button (the same as normal rotation). If reverse button is pushed by force, reverse rotation function is not appropriately operated, or it can be a cause of malfunction.



1. Lorsque l'appareil cesse de fonctionner pendant l'extraction en raison d'une trop grande quantité d'ingrédients. Appuyez sur le bouton reverse pendant quelques secondes puis relâchez-le. Répétez l'opération 2 à 3 fois.
  2. Lorsque la goulotte ne s'ouvre pas facilement après utilisation. Avec le levier de commande placé sur la position demi-ouverte, appuyez sur le bouton reverse pendant quelques secondes puis relâchez-le. Répétez l'opération 2 à 3 fois.
- Attention!** Une fois l'appareil entièrement arrêté, appuyez sur le bouton reverse (le même que la rotation normale). Si le bouton reverse est actionné de force, la fonction de rotation inverse peut ne pas fonctionner correctement ou provoquer un dysfonctionnement.

.....

# How to clean

## Comment nettoyer

.....

### 1 Strainer cleaning

#### Nettoyage du filtre

Wash the inside and outside of the strainer with a dish sponge. It is good to clean the corner of the strainer with a cleaning brush.

*Lavez l'intérieur et l'extérieur du filtre à l'aide d'une éponge. L'utilisation d'une brosse de nettoyage est conseillée pour nettoyer les coins du filtre.*



### 2 Chamber cleaning

#### Nettoyage de la cuve

Rub and wash every part of pulp outlet with a cleaning brush.

*Frottez et lavez chaque recoin de la sortie de pulpe à l'aide de la brosse de nettoyage.*



### 3 Packing cleaning

#### Nettoyage de la silicone

Chamber casing, juice cap casing and silicon brush can be disassembled and cleaned separately.

*La silicone du récepteur à jus, du bouchon de sortie du jus et de la brosse en silicone peut être démontée et nettoyée séparément.*



### 4 Components sterilization

#### Stérilisation des composants

Put your components in baking soda or natural dish sanitizer diluted with water for a quarter of a day to sterilize them.

*Mettez vos composants dans du bicarbonate de soude ou un liquide vaisselle désinfectant naturel dilué dans de l'eau pendant 8 heures afin de les stériliser.*





## Strainer, which is better?

### Filtre, quel est le plus adapté?

#### 1 Fine strainer

##### Filtre fin

The fine strainer is recommended for making clean juice because it has fine and dense holes. It is better to use the fine strainer especially when juicing green vegetables and pears.

*Le Filtre fin est utilisé pour obtenir des jus clairs car il possède de nombreux petits trous. Le filtre fin est particulièrement indiqué pour l'extraction de jus de légumes verts ou de jus de poire.*



Carrot juice using the fine strainer.  
*Jus de carotte au filtre fin.*



Celery juice using the fine strainer.  
*Jus de légumes au filtre fin.*

#### 2 Coarse strainer

##### Filtre gros

The coarse strainer is recommended to make thick juice with fruit flesh or mix juices because it has bigger holes than the fine strainer. It is better to use the coarse strainer for thick ingredients like banana or strawberry, and it is also useful for smoothie, latte or soup.

*Le filtre gros est utilisé pour obtenir des jus denses à partir de fruits à pulpe épaisse ou des mélanges de jus car il possède des trous plus gros que le filtre fin. Le filtre gros est indiqué pour les ingrédients épais tels que la banane ou la fraise. Il s'avère également utile pour les smoothies, les crèmes ou les soupes.*



Carrot juice using the coarse strainer.  
*Jus de carotte au filtre gros.*



Banana juice using the coarse strainer.  
*Jus de banane au filtre gros.*



# How to prepare ingredients

## Découpe des ingrédients

### Some ingredients require peeling for extraction

Fruits whose skin is not eaten (melon, watermelon, orange, grapefruit etc) should be peeled and cut into right size.

### Ingrédients à peler pour l'extraction

Les fruits dont la peau n'est pas consommée (melon, pastèque, orange, pamplemousse, etc.) doivent être pelés et découpés à la bonne taille.



### Juicing ingredients after separating flesh

Remove tough stalk of grapes and separate each grape, and remove skin of pomegranate and only use flesh.

### Extraction du jus des ingrédients après avoir séparé la chair

Retirez les tiges rigides des raisins et séparez chaque raisin. Enlevez la peau des grenades et n'utilisez que la chair.



### Tough stalk vegetables

Cut celery and angelica with long and tough fiber into less than 3cm.

### Végétaux à tiges rigides

L'oenanthe et l'angélique ont des fibres longues et dures, découpez-les de manière à ce qu'elles fassent moins de 3 cm.



### Ingredients with seeds and skin for extraction

Fruits which have abundant nutrition in seeds and skin are put in the slow juicer together with seeds and skin after cutting into right size. You are recommended to remove seeds from apples because of toxicity.

### Ingrédients avec pépins et peau pour l'extraction

Les fruits ayant une peau et qui contiennent une grande quantité de pépins sont mis ensemble à l'entrée avec les pépins et la peau après avoir été découpés à la bonne taille. Dans le cas de la pomme, il est conseillé de retirer les pépins en raison de leur toxicité.



### Long and thin stalk vegetables

Vegetables with lots of stalks are put in together in order not to be scattered.

### Les légumes à tiges longues et fines

Pour les légumes dotés d'un grand nombre de fibres dures, celles-ci doivent être introduites ensemble afin qu'elles ne se dispersent pas.

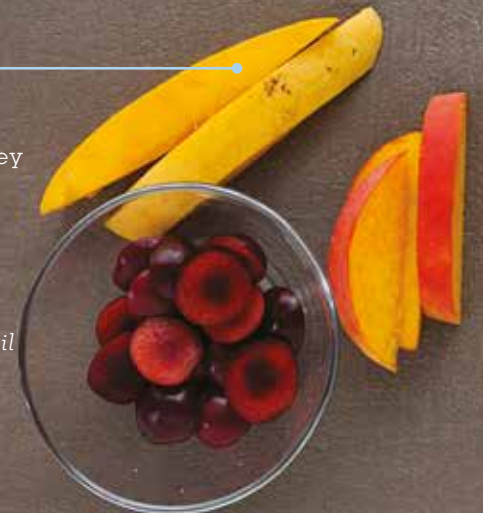


### Juicing ingredients after removing hard seeds

Remove seeds before use because they might cause the machine to stop or damage components.

### Extraction du jus après avoir retiré les pépins ou noyaux durs

Retirez les noyaux au préalable car ils pourraient entraîner l'arrêt de l'appareil ou endommager un composant.







*Fruit Juice / Jus de fruits*

*Vegetable Juice / Jus de légumes*

*Special recipes / Recettes spéciales*



.....  
*Apple juice*  
**Jus de pomme**  
 .....

Apples are available throughout the year and are a fruit liked by all. They are full of fiber, pectin to prevent constipation and citric acid to help relieve tiredness. When apples are consumed as juice the nutritional content is absorbed better by our bodies.

*Il est facile de se procurer des pommes tout au long de l'année. Ce sont des fruits que tout le monde connaît et apprécie. Les pommes sont riches en fibres végétales et en pectine pour prévenir la constipation et en acide citrique pour récupérer de la fatigue. Si vous consommez des pommes sous la forme de jus, l'absorption des éléments nutritifs par l'organisme est bien meilleure.*



**1**  
 Remove upper part of apples and clean them. Cut them into small slices.

*Retirez la partie supérieure des pommes et nettoyez-les. Découpez-les à la bonne taille.*



**2**  
 Close the lever, put them in the machine, and operate it.

*Mettez le levier de commande sur la position fermée, introduisez les pommes dans l'appareil et allumez-le.*




**3**  
 If you want clean juice, pour original juice into chamber to juice one more time.

*Si vous souhaitez un jus clair, versez le jus que vous venez d'extraire dans la cuve afin de procéder à une nouvelle extraction.*




**4**  
 When extraction is almost finished, place the lever in half-opened position to release the compressed pulp.


*Quand l'extraction est presque terminée, mettez le levier de commande sur la position demi-ouverte pour évacuer la pulpe comprimée.*

 When juicing, lots of bubbles are formed. It is a characteristic of apples. Do not worry about it.  
*De nombreuses bulles se forment lors de l'extraction. Ce phénomène est caractéristique des pommes. Ne vous en souciez pas.*

*Skin care*  
 SOIN DE LA PEAU

*Stress relief*  
 SOULAGEMENT DU STRESS

 *Make juice in the same way*  
 PRÉPAREZ LE JUS DE LA MÊME MANIÈRE

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Pear<br>Poire   | Oriental melon<br>Melon asiatique   | Watermelon<br>Pastèque  |



*Prevention of aging*  
PRÉVENTION DU VIEILLESSEMENT

*Recovery of fatigue*  
RÉCUPÉRATION DE LA FATIGUE

## Grape juice Jus de raisin

Sweet grape juice has lots of anthocyanin to restore youth. If you drink grapes as juice, you can absorb the rich nutrition from the seeds and skin.

*Un jus de raisin doux possède une grande quantité d'anthocyanines ayant des propriétés rajeunissantes. Si vous consommez du raisin sous la forme de jus, vous profiterez pleinement des apports nutritionnels riches contenus dans les pépins et la peau.*



1

Separate each grape from the bunch and clean them.

*Séparez chaque raisin de la grappe et nettoyez-les.*



2

Close the lever and operate the machine. If juice starts to come out, place the lever in half-opened position.

*Mettez le levier de commande sur la position fermée et faites fonctionner l'appareil. Si le jus commence à sortir, mettez le levier sur la position demi-ouverte.*



3

If you want rich flavors, close and open the lever repeatedly during extraction.

*Si vous souhaitez profiter de saveurs riches, mettez le levier de commande sur la position fermée et ouvrez plusieurs fois pendant l'extraction.*



4

When extraction is almost finished, place the lever in half-opened position to release the compressed pulp.

*Quand l'extraction est presque terminée, mettez le levier de commande sur la position demi-ouverte pour évacuer la pulpe comprimée.*



If you put in the pulp again for extraction, operation might stop. If the lid is not opened because of excessive operation, push reverse button for a short time. Then you can easily open it.

*Si vous mettez à nouveau la pulpe pour une nouvelle extraction, l'appareil peut cesser de fonctionner. Si le couvercle ne s'ouvre pas en raison d'un encombrement excessif, appuyez brièvement sur le bouton reverse. Vous pouvez alors facilement ouvrir le couvercle.*



*Make juice in the same way*  
PRÉPAREZ LE JUS DE LA MÊME MANIÈRE



Blackberry  
Mûre



Kiwi  
Kiwi



Pomegranate  
Grenade



*Stress relief*  
SOULAGEMENT DU STRESS

*Strengthens immune system*  
RENFORCEMENT DU SYSTÈME IMMUNITAIRE

## Orange juice Jus d'orange

Oranges are full of vitamins to give vitality to our body. A freshly juiced glass of orange juice makes us recover from fatigue and feel good. Make healthy and delicious juice without additives.

*Les oranges, une grande source de vitamines, redonnent de la vitalité à notre organisme. Un verre de jus d'orange fraîchement extrait nous permet de récupérer de la fatigue et de nous sentir bien. Préparez de délicieux jus sains sans additifs.*



1

Peel the oranges and divide into segments.

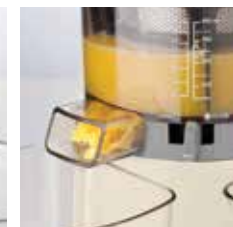
*Pelez les oranges et découpez-les à la bonne taille.*



2

Close the lever, put them in the machine, and operate it.

*Mettez le levier de commande sur la position fermée, introduisez les oranges dans l'appareil et allumez-le.*



3

When extraction is almost finished, place the lever in half-opened position to release the compressed pulp.

*Quand l'extraction est presque terminée, mettez le levier de commande sur la position demi-ouverte pour évacuer la pulpe comprimée.*



If you want to make thick juice with little flesh in it, please use the coarse strainer, but if you want clean juice, use the fine strainer. Peel skin and remove seeds before juicing fruits like orange, grapefruit or lemon.

*Si vous voulez préparer un jus épais avec une faible teneur en pulpe, veuillez utiliser le filtre gros. Si vous souhaitez un jus clair, veuillez utiliser le filtre fin. Pelez et retirez les pépins avant de procéder à l'extraction de fruits tels que les oranges, les pamplemousses ou les citrons.*



*Make juice in the same way*  
PRÉPAREZ LE JUS DE LA MÊME MANIÈRE



Mandarin  
Mandarine



Grapefruit  
Pamplemousse



Lemon  
Citron



## Carrot juice

### Jus de carottes

Carrots are rich in vitamin A and beta-carotene! This is great for your eyes and gives vitality to the body. If you extract carrots, it has beautiful color, tastes sweet and increases absorption of nutrition.

*Les carottes regorgent de vitamine A et de bêta-carotène! Les carottes sont des légumes-racines qui donnent du tonus et aux vertus reposantes pour la vue. Si vous procédez à l'extraction de carottes, le jus obtenu a une superbe couleur et un goût sucré; il accroît en outre l'absorption alimentaire.*



1

Carrots are hard, so cut them into small batons.

*Les carottes sont des légumes durs, découpez les donc en morceaux de la taille d'un doigt.*



2

Close the lever, put them in the machine, and operate it.

*Mettez le levier de commande sur la position fermée, introduisez les carottes dans l'appareil et allumez-le.*



3

When extraction is almost finished, place the lever in half-opened position to release the compressed pulp.

*Quand l'extraction est presque terminée, mettez le levier de commande sur la position demi-ouverte pour évacuer la pulpe comprimée.*

*Skin care*  
SOIN DE LA PEAU

*Eyesight recovery*  
RÉTABLISSMENT DE LA VUE



You can extract carrots more easily together with fruits like apples which have lots of juice. We recommend carrot and banana juice for people who do not like green vegetable juice.

*Vous pouvez procéder à l'extraction de carottes plus facilement en les mettant avec des fruits qui contiennent une grande quantité de jus, comme la pomme. Recommandez le jus banane carotte aux personnes qui n'aiment pas les jus de légumes verts.*



*Make juice in the same way*

PRÉPAREZ LE JUS DE LA MÊME MANIÈRE



Potato



Lotus root



Ginger

*Pomme de terre Racine de lotus*

*Gingembre*

## Tomato juice

### Jus de tomate

Tomatoes are nutritious and recognized as a healthy food all over the world. Also, they are available all through the seasons.

*Un dicton indique que si la récolte des tomates est bonne, les hôpitaux ferment leurs portes. Les tomates sont des légumes-fruits très nutritifs. Elles sont reconnues dans le monde entier comme un aliment sain. De plus, il n'est pas difficile d'en manger tout au long de l'année.*

Prevention of aging

PRÉVENTION DU VIEILLISSEMENT



1

Remove the stalk of tomato.

*Retirez la tige de la tomate.*



2

Close the lever, put them in the machine, and operate it.


*Mettez le levier de commande sur la position fermée, introduisez les tomates dans l'appareil et allumez-le.*



3

When extraction is almost finished, place the lever in half-opened position to release the compressed pulp.

*Quand l'extraction est presque terminée, mettez le levier de commande sur la position demi-ouverte pour évacuer la pulpe comprimée.*

 Add pure juice of Japanese apricot or honey into tomato juice which is less sweet. Extraction with grapes is also excellent. *Comme le jus de tomate n'est pas très sucré, vous pouvez ajouter du jus pur d'abricot japonais ou du miel. L'ajout de raisin est également une excellente idée.*



Make juice in the same way

PRÉPAREZ LE JUS DE LA MÊME MANIÈRE



Pepper  
Poivre



Broccoli  
Brocoli



Cauliflower  
Chou-fleur





.....  
*Celery juice*  
**Jus de céleri**  
.....

Raw celery is abundant with flavor and nutrition. It is especially good for detoxification in our body, so if you take it everyday, you can improve constitution and strengthen the immune system.

*Le céleri cru est riche tant sur le plan gustatif que nutritionnel. Ce légume est tout particulièrement utile pour détoxifier notre organisme. Vous pouvez donc en consommer quotidiennement, améliorer votre constitution et renforcer le système immunitaire.*



1

Water celery has lots of long and tough fiber, so cut into about 3cm.

*Le céleri contient une grande quantité de fibres longues et dures, découpez-les en morceaux d'environ 3 cm.*



2

Close the lever and put a handful of water celery in to juice.


*Mettez le levier de commande sur la position fermée et mettez une poignée de morceaux de céleri pour l'extraction.*



3

When extraction is almost finished, place the lever in half-opened position to release the compressed pulp.

*Quand l'extraction est presque terminée, mettez le levier de commande sur la position demi-ouverte pour évacuer la pulpe comprimée.*

 If you want to improve the peculiar flavor of green vegetable juice, then add apples, oranges or pineapples. You can enjoy sweeter and more delicious juice.  
*Si vous souhaitez atténuer la saveur particulière des jus de légume verts, vous pouvez ajouter des oranges ou des ananas. Vous profiterez ainsi d'un jus plus sucré et savoureux.*

 *Make juice in the same way*  
PRÉPAREZ LE JUS DE LA MÊME MANIÈRE

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Celery<br>Céleri  | Dandelion<br>Pissenlit  | Wheat germ<br>Germe de blé  |

*Enhancement of liver function*  
AMÉLIORATION DE LA FONCTION HÉPATIQUE

## Pear ginger tea Thé poire gingembre

Ginger is effective for relieving coughs and chills. Pears also contain luteolin which is effective for bronchial disease, phlegm and coughing. When you cough, fight it with pear ginger tea.

*Le gingembre est efficace en cas de refroidissement du corps ou de toux. La poire contient également de la lutéoline qui est utile pour lutter contre les maladies des bronches, le mucus et la toux. En cas de toux, le thé poire gingembre est un allié de choix.*

*Improvement against bronchial diseases*  
PROTECTION CONTRE LES MALADIES DES BRONCHES

*Common cold prevention*  
PRÉVENTION DU RHUME ORDINAIRE

*Ingredients: 1/2 Pear, 150ml of water, 1 tablespoon of honey.*  
**Ingrédients: 1/2 poire, 150ml d'eau, 1 cuillère à soupe de miel.**



**1**  
Pears can be extracted without removing the skin.

*Procédez à l'extraction d'une poire avec la peau.*



**2**  
Boil water, ginger and honey together, and filter them through a strainer, and leave to cool.

*Faites bouillir de l'eau, du gingembre et du miel ensemble, utilisez un filtre et laissez-les refroidir.*



**3**  
Mix extracted pear with the prepared ingredients.

*Mélangez le jus de poire avec les ingrédients préparés.*



## Mixed berry tea

### Thé aux fruits rouges

A delicious tea with various berries that are full of vitamin C. Vitamin C not only helps to prevent cold but also improves skin blemishes, and helps to form collagen to give skin elasticity.

*C'est un thé qui contient différents fruits rouges et qui vous rechargera en vitamine C. La vitamine C n'aide pas seulement à prévenir le rhume, elle améliore également l'apparence des taches et des éphélides. Elle participe en outre à la formation de collagène qui donne son caractère élastique à la peau.*

*Ingredients: 250ml of water, 30g of frozen blueberries, 30g of frozen raspberries, 40g of frozen strawberries, a little bit of honey.*

**Ingrédients: 250ml d'eau, 30g de myrtilles congelées, 30g de framboises congelées, 40g de fraises congelées, un peu de miel.**



1

Boil the frozen blueberries, raspberries and strawberries with water, and then leave to cool.

*Faites bouillir les myrtilles, les framboises et les fraises dans de l'eau puis laissez-les refroidir.*



2

Close the lever and extract a ladle of fruit and tea.

*Mettez le levier de commande sur la position fermée et procédez à l'extraction d'une louche de pulpe et de thé.*



3

Extract all the ingredients with the lever closed.

*Procédez à l'extraction de tous les ingrédients avec le levier de commande sur la position fermée.*



4

Put honey in the extracted tea according to your preference.

*Mettez le miel ou les oligosaccharides dans le thé extrait selon votre préférence.*



Make juice with frozen fruits which are easy to buy and store. You can enjoy both cool smoothies and hot tea. If you want a thick liquid then use the coarse strainer, but if you want clean juice then use the fine strainer.

*Préparez le jus avec des fruits congelés qui sont faciles à acheter et à conserver. Vous pouvez savourer des smoothies frais ou du thé chaud en fonction de la situation. Si vous souhaitez que la pulpe ait une texture molle, utilisez le filtre gros. Dans le cas où vous préféreriez un jus clair, utilisez le filtre fin.*

Recovery of fatigue  
RÉCUPÉRATION DE LA FATIGUE

Skin care  
SOIN DE LA PEAU



.....  
*Green smoothie*  
**Smoothie vert**  
.....

Green vegetables contain lots of energy to give vitality to our bodies. You will like this green smoothie because of its beautiful green color, soft and sweet taste and vitality.

*Les légumes verts sont une excellente source d'énergie et apportent tonus à notre organisme. Vous allez adorer le smoothie vert en raison de sa superbe couleur verte, de son goût doux et sucré et du tonus qu'il apporte à l'organisme. Préparez un smoothie vert dès à présent avec les épinards et les carottes qui restent dans le frigo. Le côté sucré des fruits et le goût sain des légumes verts réunis dans un verre de smoothie vert.*



**1**

Clean green leaf-vegetables, and cut to size.

*Nettoyez les légumes à feuilles vertes et découpez-les à la bonne taille.*



**2**

Close the juice cap. After extraction, fill up green vegetables juice with the chamber.

*Fermez le bouchon de sortie du jus et mettez les ingrédients dans l'extracteur. Une fois l'extraction terminée, laissez le récepteur à jus rempli de jus de légumes.*



**3**

Put bananas in the chamber. According to your preference, add fruits such as apples or pears or milk or yogurt.

*Mettez les bananes dans la cuve. Ajoutez des fruits comme des pommes, des poires ou du lait ou du yaourt selon votre préférence.*



**4**

Mix bananas thoroughly with green vegetable juice.

*Mélangez suffisamment les bananes avec le jus de légumes verts.*

## Detox juice Jus détox

Detox juice is a popular way to keep healthy. our body is detoxified, we lose weight, and our skin is cleaner. Smeg Slow Juicers squeeze slowly to improve taste, and natural flavor and nutrition.

*Le jus détox est une méthode qui s'est récemment répandue pour rester en bonne santé: il permet de détoxifier notre organisme, de perdre du poids et de purifier notre peau. L'extracteur de jus Smeg et son système de pressage lent améliore le goût, la saveur naturelle et préserve tous les apports nutritionnels.*



1

Cut broccoli, cabbages, tomatoes and carrots into cubes.

*Découpez le brocoli, le chou, les tomates et les carottes en cubes.*



2

Cover the ingredients with water, boil all ingredients well and cool leave to cool.

*Versez l'eau jusqu'à immerger complètement les ingrédients, faites-les bouillir et laissez-les refroidir.*



3

Close the lever, put ingredients in and start to extract.

*Mettez le levier de commande sur la position fermée, mettez les ingrédients dans l'appareil et démarrez l'extraction.*



4

Add bananas and apples, and extract them.

*Mettez les bananes et les pommes puis procédez à leur extraction.*



According to your preference, add various ingredients, and then you can make your own detox juice.

*Ajoutez différents ingrédients selon vos préférences, vous pouvez alors réaliser votre propre jus détox.*





.....  
*Natural fruit ice cream*  
**Crème glacée aux fruits naturels**  
.....

*Ingredients: 200ml of fruit juice, 50g of whipped cream, a little bit of honey.*

**Ingrédients: 200ml de jus de fruits, 50g de crème fouettée, un peu de miel.**



**1**

Extract the fruits you want.

*Procédez à l'extraction des fruits de votre choix.*



**2**

Mix the extracted juice with whipped cream and freeze it.

*Mélangez le jus extrait avec la crème fouettée et congelez.*



**3**

Add honey to sweeten the juice.

*Ajoutez du miel ou du lait demi-écrémé en poudre pour les jus de fruits ou de légumes verts ayant une teneur en sucre moindre.*



**4**

For softer ice cream mix up/scratch with a fork once every couple of hours.

*Si vous grattez la préparation toutes les heures ou toutes les deux heures, la crème glacée ramollit.*



For a lower calorie version, mix it with plain yogurt instead of whipped cream.

*Si un apport calorique trop élevé ne vous convient pas, faites la préparation avec du yaourt nature au lieu de la crème fouettée.*





.....  
*Fruit jelly*  
**Gelée de fruits**  
.....

*Ingredients: 200ml of fruit juice, 24g of gelatin leaf, 40g of sweetener.*  
**Ingrédients: 200ml de jus de fruits, 24g de feuille de gélatine, 40g d'édulcorant.**



**1**  
Extract the fruits you want.  
*Procédez à l'extraction des fruits de votre choix.*




**2**  
Soak the gelatin in water.  
*Trempez la gélatine dans l'eau.*



**3**  
Put the extracted juice, soaked gelatin and sweetener, and boil on a low heat until the gelatin is melted.  
*Mettez le jus extrait, la gélatine trempée et les oligosaccharides dans une casserole et faites bouillir à feu doux jusqu'à ce que la gélatine fonde.*



**4**  
Put into a suitable dish, and harden it in the refrigerator.  
*Versez le résultat dans un plat ou un moule adéquat et faites-le durcir au réfrigérateur.*

 You can make various natural jellies with other fruits.  
*Vous pouvez réaliser différentes gelées en utilisant d'autres fruits.*

.....

# Indice

# Índice

.....

## *L'estrattore di succo / La licuadora*

- 46 Montaggio / *Instalación*
- 48 Prima dell'uso / *Antes de usar*
- 50 Pulizia / *Limpieza después del uso*
- 52 Filtro, quale scegliere? / *Filtro, ¿cual es el mejor?*
- 54 Come tagliare gli ingredienti / *Cómo cortar los ingredientes*

## *Succhi di frutta / Jugos de frutas*

- 58 Succo di mela / *Jugo de manzana*
- 60 Succo d'uva / *Jugo de uva*
- 62 Succo d'arancia / *Jugo de naranja*

## *Succhi di verdura / Jugos de hortalizas*

- 64 Succo di carota / *Jugo de zanahoria*
- 66 Succo di pomodoro / *Jugo de tomate*
- 68 Succo di sedano / *Jugo de apio*

## *Ricette speciali / Recetas especiales*

- 70 Tè di zenzero e pera / *Té de jengibre y pera*
- 72 Tè di more / *Té de moras*
- 74 Frullato verde / *Batido verde*
- 76 Succo disintossicante / *Jugo desintoxicante*
- 78 Gelato di frutta naturale / *Helado de frutas naturales*
- 80 Gelatina di frutta / *Gelatina de fruta*

.....  
*L'estrattore di succa*

**La licuadora**  
.....

In un contesto di vita all'insegna della rapidità e della frenesia cresce sempre di più l'esigenza di regalarsi qualche momento dedicato al gusto e alla salute. Ciò che più è vicino alla natura è anche più sano: per questo Smeg ha deciso di proporre un estrattore di succo che, grazie alle sue caratteristiche, non danneggia gli ingredienti originali e sprema il nettare puro senza diluirlo. La tecnologia che permette tutto questo si basa sul Sistema di Spremitura Lenta SST™ (Slow Squeezing Technology by Hurom), un sistema a rotazione molto lenta che non prevede l'utilizzo di lame o altri strumenti di taglio.

*Hoy en día, parece que todo pasa de moda, incluso un día después de surgir, esto dificulta la vida cotidiana de las personas modernas ya que se les exige sobrevivir con estas tendencias de rapidez. Por ello, el lema de Smeg es "pasos lentos pero seguros". La Tecnología de la Licuadora Lenta SST™ (por sus siglas en inglés, by Hurom), hace referencia a aprovechar los nutrientes y no triturarlos con afiladas cuchillas. Creemos que todo aquello que se encuentra cercano a la naturaleza es más saludable, por ello Smeg ha desarrollado un extractor de jugo con una tecnología que gira lentamente sin dañar los ingredientes originales y extraer el néctar puro sin diluir.*





# Montaggio

## Instalación



1

Inserire completamente il filtro nel cestello rotante come indicato nella figura. Se non si effettua questo primo passaggio non è possibile continuare con il montaggio.

*Colocar por completo el filtro en el cesto giratorio, como se indica en la foto. De no efectuar este primer paso no es posible continuar con el montaje.*



2

Posizionare il filtro e il cestello rotante precedentemente assemblati come indicato nella figura n. 1 nel contenitore di spremitura.

*Coloque el filtro en el cesto giratorio, procediendo tal como indica en la figura n. 1 en la jarra.*



Verificare che il contenitore di spremitura sia assemblato con la base. Se la leva è posizionata su OPEN (APERTO) significa che il contenitore di spremitura non è posizionato correttamente sulla base. Il contenitore di spremitura è assemblato correttamente quando la leva è posizionata su CLOSE (CHIUSO).

*Asegúrese que el recipiente se ensambla con la base. Si la palanca se encuentra en posición OPEN (abierto) significa que el recipiente no está colocado correctamente en la base. El recipiente del jugo se ensambla correctamente cuando la palanca se puede mover a posición CLOSE (cerrado).*



3

Posizionare la coclea nel filtro inserendo le clette negli appositi spazi del filtro.

*Coloque las cuchillas en la jarra mediante la inserción de las aspas en el espacio de la cesta.*



4

Girare la tramoggia in senso orario e bloccarla.

*Gire la tolva en el sentido de las manecillas del reloj y bloquéela.*



5

Posizionare il contenitore di spremitura assemblato sulla base.

*Coloque todo lo que ensambló en las imágenes anteriores (colador, cepillo, aspa, tolva y cámara) en la base.*



Per maggiori dettagli su come montare l'apparecchio consultare il manuale di istruzioni. Si necesita más información como montar su licuadora, consulte el manual de instrucciones.

## Prima dell'uso

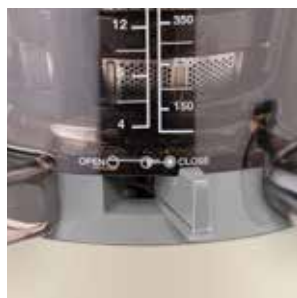
## Antes de usar

### 1 Preparazione, estrazione del succo

### Preparación, extracción del jugo

Assicurarsi che la leva sia completamente chiusa prima dell'utilizzo. Quando la leva è completamente chiusa è possibile estrarre un succo denso o fluido. Chiudere la leva in caso di frutta con semi duri (uva, more, kiwi, melograno ecc.). Dopodiché metterla in posizione semi aperta quando il succo inizia a fuoriuscire.

Asegúrese que la palanca se encuentre completamente cerrada antes de usar su licuadora. Cuando la palanca se encuentre completamente cerrada, podrá preparar jugos densos o líquidos. En el caso de las frutas con semillas duras (uvas, zarzamora, kiwi, granada, etc.), la palanca debe estar cerrada, y antes de empezar a fluir el jugo colocarla en posición semi abierta.



### 2 Pulizia

### Limpieza

Aprire completamente la leva per smontare e pulire il contenitore. Pulire il contenitore è facile e pratico.

Al desmontar y limpiar la cámara, abra la palanca completamente; puede limpiarla de forma sencilla y fácil.



### 3 Fine dell'estrazione, pulizia semplice

### Fin del uso, limpieza sencilla

Quando l'estrazione sta per terminare, aprire completamente la leva e rimuovere la polpa compressa. La quantità di residui di polpa nel filtro è così ridotta per agevolare l'apertura della tramoggia dopo l'uso. Per la pulizia semplice posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

Cuando la extracción está a punto de finalizar, abra la palanca y retire la pulpa comprimida. La pulpa se mantiene en el colador, por lo que la tolva se abre más fácilmente después de usarla. Durante la limpieza coloque la palanca en posición semi abierta y retire la pulpa comprimida.



### Come utilizzare il pulsante a leva Reverse

### Uso del Botón Reverse

1. Se l'apparecchio si arresta durante il funzionamento a causa di un quantitativo eccessivo di ingredienti, premere il pulsante a leva Reverse per qualche secondo e attendere. Ripetere l'operazione due o tre volte.
  2. Quando la tramoggia non si apre bene dopo l'uso, mettere la leva del contenitore in posizione semi aperta, attivare la funzione Reverse per qualche secondo e attendere. Ripetere l'operazione due o tre volte.
- Attenzione!** Una volta arrestato completamente l'apparecchio, premere il pulsante a leva Reverse (lo stesso della rotazione normale). Se si preme energicamente il pulsante Reverse, la funzione di rotazione inversa non funzionerà correttamente e potrebbe causare un guasto.



1. Si la máquina se detiene durante el prensado debido a demasiados ingredientes. Pulse el botón Reverse durante 3 ó 4 segundos y se detendrá. Repítalo 2 ó 3 veces.
  2. Cuando la tolva no se abre bien después de usarla. Con la palanca en posición entreabierta, pulse el botón Reverse durante 3 ó 4 segundos y se detendrá. Repítelo 2 ó 3 veces.
- Advertencia!** Una vez detenido por completo el aparato, presione el botón Reverse (el mismo de la rotación normal). Si se pulsa enérgicamente el botón Reverse, y no funcionara correctamente, podría ser causado por un fallo en el funcionamiento.

# Pulizia

## Limpieza

### 1 Pulizia del filtro

#### Limpieza del filtro

Pulire il filtro internamente ed esternamente con una spugna per piatti. Si consiglia di pulire gli angoli del filtro con l'apposito spazzolino.

*Lave el filtro con un estropajo, por dentro y por fuera. Se recomienda limpiar los rincones del filtro con un cepillo.*



### 2 Pulizia della caraffa

#### Limpieza de la jarra

Strofinare e lavare ogni apertura per la fuoriuscita della polpa utilizzando l'apposito spazzolino per la pulizia.

*Lave todas las ranuras de salida de pulpa con un cepillo de limpieza.*



### 3 Pulizia esterna

#### Limpieza del exterior

È possibile smontare e pulire separatamente il contenitore della caraffa, il tappo e la spatola in silicone.

*Puede lavar por separado el exterior de la jarra, el tapón y el cepillo en silicona.*



### 4 Sterilizzazione dei componenti

#### Esterilización de las piezas

Per sterilizzare i componenti immergerli in acqua con bicarbonato per sei ore.

*Coloque las piezas en bicarbonato de sodio disuelto en agua durante seis horas.*





## Filtro, quale scegliere?

### Filtro, ¿cuál es el mejor?

1

#### Filtro a fori stretti

##### Filtro fino

Utilizzare il filtro con i fori piccoli e fitti per ottenere succhi più liquidi e puri. È consigliabile utilizzare il filtro fine per la preparazione di succhi di verdura e succo di pera.

*El filtro fino se utiliza para conseguir jugos más líquidos, ya que dispone de agujeros muy finos y densos. Se recomienda para jugos de verduras y jugo de pera.*



Succo di carota preparato con filtro a fori stretti  
Jugo de zanahoria con filtro fino



Succo di sedano preparato con filtro a fori stretti  
Jugo de apio con filtro fino

2

#### Filtro a fori larghi

##### Filtro grueso

Utilizzare il filtro con i fori più grandi per succhi densi e polposi o per succhi misti. È consigliabile utilizzare il filtro a fori larghi per la preparazione di succhi con ingredienti come banana o fragole o per la preparazione di frullati, milk shake e zuppe.

*El filtro grueso se utiliza para hacer jugos de frutas más densas o para mezclar jugos, ya que tiene los agujeros más grandes. Es mejor utilizarlo para los ingredientes más espesos como plátano o fresa, y también es útil para licuados, café con leche o sopa.*



Succo di carota preparato con filtro a fori larghi  
Jugo de zanahoria con filtro grueso



Succo di banana preparato con filtro a fori larghi  
Jugo de plátano con filtro grueso



# Come tagliare gli ingredienti

## Cómo cortar ingredientes

### **Ingredienti sbucciati per la spremitura**

La frutta la cui buccia non è commestibile (melone, cocomero, arancia, pompelmo ecc.) deve essere sbucciata e tagliata in piccoli pezzi.

### **Ingredientes preparados para el uso**

Las frutas cuya piel no se utiliza (melón, sandía, naranja, pomelo, mandarina etc.) deben pelarse y cortarse en trozos pequeños.



### **Succhi di ingredienti la cui polpa deve essere separata**

Rimuovere il raspo dell'uva e separare gli acini; rimuovere la buccia del melograno e usare solo la polpa.

### **Jugos de ingredientes que deben tener la pulpa separada**

Retire el tallo de la uva y separe una por una. Elimine la piel de la granada y sólo use la pulpa.



### **Verdura dal gambo duro**

Tagliare il sedano verde e gli asparagi in sezioni lunghe meno di tre centimetri.

### **Las verduras de tallo duro**

Cortar el apio y espárragos verdes en largas secciones de menos de tres centímetros.



### **Ingredienti da spremere con semi e buccia**

La frutta con un elevato contenuto di sostanze nutritive nei semi e nella buccia deve essere utilizzata intera dopo averla tagliata in pezzi delle dimensioni giuste. È consigliabile rimuovere i semi della mela perché tossici.

### **Extracción de frutas con semillas y piel**

Las frutas con gran cantidad de nutrientes en las semillas y la piel (manzana, pera, kiwi, melón, etc.) se cortan en pequeños trozos, igual que el resto de frutas. En el caso de la manzana se recomienda quitar las semillas debido a la toxicidad.



### **Verdura lunga e sottile**

La verdura con molte fibre sottili deve essere raggruppata.

### **Hortalizas de tallo largo y delgado**

Las hortalizas con tallo largo y delgado es mejor agruparlas

### **Spremitura di ingredienti dopo la rimozione dei semi duri**

Rimuovere i semi che non si mangiano (mango, ciliegie, prugne, etc) per evitare l'arresto dell'apparecchio o il danneggiamento dei componenti.

### **Extracción de ingredientes después de quitar las semillas duras**

Las semillas que no se mastican (mango, cereza, melocotón, ciruela, etc.), deben retirarse antes de la extracción, dejar alguna de éstas podría impedir el funcionamiento o dañar los componentes.







*Succhi di frutta / Jugos de frutas*

*Succhi di verdura / Jugos de hortalizas*

*Ricette speciali / Recetas especiales*





*Cura della pelle*  
**PROTEGE LA PIEL**

*Anti stress*  
**CONTRA EL ESTRÉS**

.....  
*Succo di mela*  
**Jugo de manzana**  
 .....

Le mele sono facili da trovare in ogni periodo dell'anno e piacciono a tutti. Contengono abbondanti fibre vegetali, pectina per prevenire la stipsi e acido citrico per aiutare a recuperare le forze. Le sostanze nutritive presenti nelle mele sono assorbite meglio dal nostro organismo se assunte sotto forma di succo.

*Las manzanas son fáciles de conseguir en cualquier momento del año y son frutas que a todos gustan. También contienen abundante fibra vegetal, pectina que previene el estreñimiento y ácido cítrico que ayuda para recuperarse de la fatiga. Si consume las manzanas en forma de jugo, el cuerpo absorbe mejor los nutrientes.*



**1**

Rimuovere il torsolo e il picciolo delle mele e pulirle. Tagliate in piccoli pezzi.

*Retire la parte superior de las manzanas y límpielas. Corte en rodajas.*



**2**

Chiudere la leva, inserire le mele nell'apparecchio e azionarlo.

*Cierre la palanca, ponga la fruta en la máquina y conecte su licuadora.*



**3**

Se si desidera un succo più liquido e puro, versare nuovamente il succo ottenuto nel contenitore di spremitura.

*Si quiere jugo más líquido, vierta nuevamente el jugo en la jarra.*



**4**

Quando l'estrazione sta per terminare posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

*Cuando la extracción esté casi terminada, coloque la palanca en posición entreabierta para quitar la pulpa comprimida.*



Durante la spremitura si formano molte bolle. Si tratta di una caratteristica delle mele del tutto normale. Cuando haga el jugo se formarán muchas burbujas, es una característica de las manzanas, no se preocupe.



*Preparare con la stessa procedura*  
**HAGA JUGO DE LA MISMA MANERA**



Pera  
 Pera



Melone orientale  
 Melón oriental



Cocomero  
 Sandía



*Previene l'invecchiamento*  
PREVIENE EL ENVEJECIMIENTO

*Aiuta a recuperare le energie*  
AYUDA A RECUPERAR LA ENERGÍA

## Succo d'uva Jugo de uvas

Il succo d'uva dolce contiene molte antocianine che prevengono l'invecchiamento. Se assunta come succo estratto utilizzando l'estrattore, l'uva preserva tutte le proprietà nutritive contenute nei suoi semi e nella buccia.

*El jugo de uva dulce tiene mucha antocianina la cual mantiene la juventud. Las uvas en forma de jugo, mantienen todos los nutrientes presentes en las semillas y la piel.*



1

Separare gli acini dal raspo e pulirli.

*Separe cada uva del racimo y límpiela.*



2

Chiudere la leva e azionare l'apparecchio. Quando il succo inizia a fuoriuscire posizionare la leva e in posizione semi aperta.

*Cierre la palanca y ponga la máquina en funcionamiento. Si comienza a salir jugo, coloque la palanca en posición entreabierta.*



3

Per un gusto più ricco chiudere e aprire ripetutamente la leva durante l'estrazione.

*Si quiere sabores más intensos, cierre y abra la palanca varias veces durante la extracción.*



4

Quando l'estrazione sta per terminare, posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

*Cuando la extracción esté casi terminada, coloque la palanca en posición entreabierta para extraer la pulpa comprimida.*



Se si inserisce nuovamente la polpa per la spremitura l'apparecchio potrebbe arrestarsi. Se il tappo non si apre a causa di un funzionamento eccessivo premere il pulsante Reverse per qualche secondo. Si pone la pulpa de nuevo para la extracción, es posible que la máquina deje de funcionar. Si la tapa no se abre debido al funcionamiento excesivo, pulse el botón Reverse, durante unos segundos, posteriormente podrá abrir fácilmente la tapa.



*Preparare con la stessa procedura*

HAGA JUGO DE LA MISMA MANERA



Mora  
Mora



Kiwi  
Kiwi



Melograno  
Granada





*Anti stress*  
ANTI ESTRES

*Rinforza il sistema immunitario*  
MEJORA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO

## Succo d'arancia Jugo de naranja

Le arance sono una fonte ricca di vitamine che danno vitalità al nostro corpo. Un bicchiere di succo d'arancia appena preparato permette di recuperare le forze e dona vitalità. Un succo sano e delizioso senza additivi.

Las naranjas son una fuente rica de vitaminas que dan vitalidad a nuestro cuerpo. Un vaso de jugo de naranja recién exprimido le hará recuperarse de la fatiga y sentirse bien. Prepárese un jugo natural, saludable y delicioso.



1

Sbucciare le arance e tagliarle in piccoli pezzi rimuovendo eventuali semi.

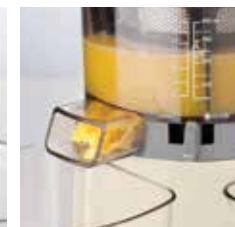
*Pele las naranjas y córtelas en rodajas.*



2

Chiudere la leva, inserire le arance nell'apparecchio e azionarlo.

*Cierre la palanca, colóquelas en la máquina y conecte la licuadora.*



3

Quando l'estrazione sta per terminare, posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

*Quando la extracción esté casi terminada, coloque la palanca en posición entreabierta para liberar la pulpa comprimida.*



Per un succo denso con un po' di polpa, utilizzare il filtro a fori larghi; per un succo più liquido e puro utilizzare il filtro a fori stretti. Rimuovere la buccia e i semi prima di spremere frutti come arance, pompelmi o limoni.

*Si quiere hacer un jugo espeso con poca pulpa, utilice el filtro grueso. Si quiere un jugo líquido, utilice el filtro fino. Pele la fruta y quite las semillas antes de hacer el jugo en el caso de frutas como naranja, toronja o limón.*



*Preparare con la stessa procedura*

HAGA JUGO DE LA MISMA MANERA



Mandarino  
Mandarina



Pompelmo  
Toronja



Limone  
Limón



## Succo di carota

### Jugo de zanahorias

Le carote contengono un'elevata quantità di vitamina A e beta carotene. Sono verdure che potenziano la vista e danno vitalità. Il succo di carota ha un bel colore, un sapore dolce e favorisce l'assorbimento dei nutrienti.

Las zanahorias contienen una gran cantidad de Vitamina A y beta-caroteno. Dan vitalidad y potencian la vista. El jugo de zanahorias tiene un color precioso, un sabor dulce y aumenta la absorción de la nutrición.



1

Le carote sono dure pertanto è consigliabile tagliarle in pezzi delle dimensioni di un dito.

Las zanahorias son muy duras por lo que se recomienda cortarlas en juliana.



2

Chiudere la leva, inserire le carote nell'apparecchio e azionarlo.

Cierre la palanca, colóquelas en la máquina y póngala en funcionamiento.



3

Quando l'estrazione sta per terminare, posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

Cuando la extracción está casi terminada, coloque la palanca en posición entreabierta para liberar la pulpa comprimida.

Cura della pelle  
PROTEGE LA PIEL

Potenzia la vista  
POTENCIA LA VISTA



Il succo di carota si estrae più facilmente se abbinato a frutti come le mele che hanno molto succo. Si consiglia di abbinare il succo di carota a quello di banana per chi non ama il succo di verdura.

Puede exprimir las zanahorias más fácilmente, junto con frutas como las manzanas que tienen más jugo. Se recomienda el jugo de zanahoria con plátano a las personas que no les gusta el jugo de hortalizas verdes.



Preparare con la stessa procedura

HAGA JUGO DE LA MISMA MANERA



Patata  
Patatas



Radice di loto  
Raíz de loto



Zenzero  
Jengibre

## Succa di pomodoro Jugo de tomate

Dice un proverbio che pomodori ben coltivati fanno chiudere gli ospedali. I pomodori sono molto nutrienti e conosciuti in tutto il mondo per la loro genuinità. Il pomodoro è un frutto facile da trovare in ogni stagione.

*Dice el refrán que si los tomates se cosechan bien, los hospitales cierran sus puertas. Los tomates son muy nutritivos y son reconocidos como alimentos saludables en todo el mundo. Además, se pueden comer en cualquier época del año.*

Previene l'invecchiamento  
PREVIENE EL ENVEJECIMIENTO



1

Rimuovere il gambo del pomodoro.

*Quite los tallos de los tomates.*



2

Chiudere la leva, inserire i pomodori nell'apparecchio e azionarlo.

*Cierre la palanca, coloque los tomates en la máquina y póngala en funcionamiento.*



3

Quando l'estrazione sta per terminare, posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

*Cuando la extracción está casi terminada, coloque la palanca en posición entreabierta para liberar la pulpa comprimida.*



Aggiungere succo di albicocca o miele al succo di pomodoro che è meno dolce. Si consiglia anche la spremitura con uva. *Añada jugo puro de arándano o miel en el jugo de tomate, que es menos dulce. El licuado con uvas también es excelente.*



Preparare con la stessa procedura

HAGA JUGO DE LA MISMA MANERA



Peperone  
Pimiento



Broccolo  
Brócoli



Cavolfiore  
Coliflor





.....  
*Succo di sedano*  
**Jugo de apio**  
.....

Da crudo il sedano è gustoso e nutriente. Il sedano è particolarmente indicato per la disintossicazione e se assunto ogni giorno migliora la costituzione e rafforza il sistema immunitario.

*El apio crudo tiene un gran sabor y muchos nutrientes. Sobre todo, es bueno para la desintoxicación de nuestro cuerpo, si lo toma cada día, puede mejorar su constitución y fortalecer el sistema inmunológico.*



**1**

Il sedano contiene una grande quantità di fibre lunghe quindi è consigliabile tagliarlo in pezzi di tre centimetri.

*El apio tiene una gran cantidad de fibras largas y duras por lo que es necesario que lo corte en trozos de tres centímetros.*

**2**


Chiudere la leva e inserire una manciata di sedano per la spremitura.

*Cierre la palanca y ponga un puñado de trozos de apio para preparar el jugo.*

**3**

Quando l'estrazione sta per terminare, posizionare la leva in posizione semi aperta e rimuovere la polpa compressa.

*Quando la extracción está casi terminada, coloque la palanca en posición entreabierta para liberar la pulpa comprimida.*

 Per un succo dal sapore meno spiccatamente tipico della verdura aggiungere mele, arance o ananas. Si desea disminuir el sabor de alguna hortaliza verde, puede añadir manzanas, naranjas o piñas.

 Preparare con la stessa procedura  
HAGA JUGO DE LA MISMA MANERA

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Sedano<br>Apio  | Dente di leone<br>Diente de león  | Germe di grano<br>Germen de trigo   |

*Migliora le funzioni epatiche*  
MEJORA LA FUNCIÓN HEPÁTICA



## Tè di pera e zenzero Té de jengibre y pera

Lo zenzero è efficace contro il raffreddore e la tosse. La pera inoltre contiene luteolina, efficace contro la bronchite e il catarro. Per combattere la tosse, assumere tè di pera e zenzero.

El jengibre es eficaz, contra el resfriado y la tos. La pera también contiene luteína que es eficaz para las enfermedades bronquiales, flemas y tos. Si tiene tos, luche contra ella con té de jengibre y pera.

*Previene le bronchiti*

PREVIENE LAS ENFERMEDADES BRONQUIALES

*Previene il raffreddore*

PREVIENE EL RESFRIADO COMÚN

*Ingredienti: 1/2 pera, 150ml d'acqua, 1 cucchiaino di miele*

**Ingredientes: 1/2 Pera, 150ml de agua, 1 cucharada de miel**



**1**

Estrarre il succo della pera con la buccia utilizzando l'estrattore.

*Exprima una pera con piel en la licuadora.*



**2**

Bollire l'acqua, lo zenzero e il miele insieme e filtrarli, quindi lasciare raffreddare.

*Hierva en agua, el jengibre y la miel juntos, colar y dejar enfriar.*



**3**

Mischiare il succo di pera con il preparato.

*Mezcle el jugo de pera con el preparado anterior.*

*Aiuta a recuperare le energie*  
EVITA ERASE LA FATIGA

*Cura della pelle*  
PROTEGE LA PIEL

## Tè di more Té de moras

Una tazza di tè di more è ricca di vitamina C che non solo aiuta a prevenire il raffreddore, ma è anche efficace contro le macchie della pelle e le lentiggini e contribuisce alla formazione del collagene che dona elasticità alla pelle.

Una taza de té de moras es rica en vitamina C. La vitamina C no sólo ayuda a prevenir los resfriados si no que también es buena para la piel y pecas, y contribuye a la formación de colágeno para dar elasticidad a la piel.

*Ingredienti: 250ml d'acqua, 30g di mirtilli surgelati, 30g di lamponi surgelati, 40g di fragole surgelate, un poco di miele*

**Ingredientes: 250ml de agua, 30g de arándanos congelados, 30g de frambuesas congeladas, 40g de fresas congeladas, un poco de miel**



1

Bollire i mirtilli, i lamponi e le fragole surgelate in acqua, quindi lasciare raffreddare.

*Hierva los arándanos, frambuesas y fresas congelados en agua, y luego deje enfriar.*



2

Chiudere la leva e spremere un mestolo di polpa e tè.

*Cierre la palanca y exprima con pulpa y té.*



3

Spremere tutti gli ingredienti con la leva chiusa.

*Exprima todos los ingredientes con la palanca cerrada.*



4

Aggiungere miele o dolcificante a piacere nel tè appena estratto.

*Ponga al gusto la miel o el edulcorante en el té.*



Si consiglia di preparare il succo con frutti surgelati facili da trovare e conservare. A seconda della stagione l'estratto può essere consumato come frullato fresco o tè caldo. Per un succo più denso utilizzare il filtro a fori larghi, per un succo più liquido e puro utilizzare il filtro a fori stretti. *Prepare jugo con frutas congeladas que son fáciles de comprar y de guardar. Disfrute tanto de un batido fresco o de un té caliente en función del momento. Si desea una textura densa, utilice el filtro grueso, pero si quiere un jugo más líquido use el filtro fino.*



.....  
*Frullato verde*  
**Batido verde**  
.....

La verdura contiene una grande quantità di energia preziosa per il nostro corpo. Il frullato verde piacerà a grandi e piccoli grazie al suo bel colore acceso, al suo gusto dolce e delicato e alla vitalità che dona al corpo.

*Las hortalizas tienen una gran cantidad de energía que dan vitalidad a nuestro cuerpo. El smoothie verde le gustará a todos debido a su hermoso color, su sabor suave y dulce y la vitalidad que da a nuestro cuerpo.*



**1**

Pulire le verdure a foglia verde e tagliarle a pezzetti.

*Limpie las hojas verdes de las verduras y córtelas en el tamaño correcto.*



**2**

Chiudere il tappo e inserire gli ingredienti nell'apparecchio. Dopo l'estrazione il contenitore sarà pieno di succo di verdura.

*Cierre el tapón de la jarra e introduzca los ingredientes en la licuadora. Después del exprimido, el contenedor estará lleno de jugo de verdura.*



**3**

Inserire le banane nel contenitore. Aggiungere frutta come mele o pere oppure latte o yogurt a seconda dei propri gusti.

*Coloque los plátanos en la Jarra. Según su gusto, añada frutas como manzanas o peras; incluso puede agregar leche o yogur.*



**4**

Mescolare bene le banane con il succo di verdura verde tenendo chiuso il tappo.

*Mezcle los plátanos lo suficientemente bien con el jugo de hortalizas verdes.*



## Succo disintossicante Jugo desintoxicante

Il succo disintossicante è diventato un metodo diffuso per perdere peso, ma soprattutto rigenerare la pelle e l'organismo. La spremitura lenta ne esalta il sapore naturale e ne preserva i nutrienti.

*El jugo de desintoxicación es hoy en día una forma popular para mantenerse sano, no sólo ayuda a perder peso sino que limpia nuestra piel y nuestro organismo. El licuado lento mejora el sabor natural y los nutrientes.*



1

Tagliare broccoli, cavoli, pomodori e carote a cubetti.

*Corte el brócoli, las coles, los tomates y las zanahorias en trozos.*



2

Coprire gli ingredienti con acqua, bollire il tutto e lasciare raffreddare.

*Agregue agua hasta cubrir los ingredientes, hierva bien todos los ingredientes y deje enfriar.*



3

Chiudere la leva, inserire gli ingredienti nell'apparecchio e iniziare l'estrazione del succo.

*Cierre la palanca, coloque los ingredientes en la jarra y conecte.*



4

Inserire banane e mele e spremere.

*Coloque los plátanos y las manzanas; comience la extracción.*

 Aggiungere gli ingredienti che si preferisce per un succo disintossicante personalizzato.  
*Según su gusto, añada diferentes ingredientes y prepare su propio jugo desintoxicante.*



.....  
*Gelato di frutta naturale*  
**Helados de frutas naturales**  
.....

*Ingredienti: 200ml di succo di frutta, 50g di panna montata, miele o latte scremato in polvere*

**Ingredientes: 200ml de jugo de fruta, 50g de nata montada, un poco de miel o leche en polvo.**



**1**

Estrarre il succo dalla frutta che più si preferisce.

*Exprima las frutas que desee.*



**2**

Mischiare il succo ottenuto con la panna montata e congelare.

*Mezcle el jugo exprimido con nata montada y congélelo.*



**3**

Aggiungere miele o latte scremato in polvere al succo ottenuto da frutti meno dolci o dalla verdura.

*Agregar la miel o leche desnatada en polvo al zumo obtenido de las frutas o verduras menos dulce.*



**4**

Se grattato con i rebbi di una forchetta ogni una o due ore il gelato diventa più cremoso.

*Rascar con los dientes de un tenedor cada una o dos horas el helado se hace más cremoso.*

 Per un minore apporto calorico utilizzare dello yogurt magro al posto della panna montata.  
*Si desea un contenido calórico menor, mezcle con yogur natural en lugar de nata montada.*





.....  
*Gelatina di frutta*  
**Gelatina de frutas**  
.....

*Ingredienti: 200ml di succo di frutta, 24g di gelatina in fogli, 40g di dolcificante*

**Ingredientes: 200 ml de zumo de fruta, 24 g de hojas de gelatina, 40 g de sacarina**



**1**

Estrarre il succo dalla frutta che più si preferisce.

*Exprima las frutas que desee.*



**2**

Sciogliere la gelatina in acqua.

*Remoje la gelatina en agua.*



**3**

Versare il succo spremuto, la gelatina sciolta e il dolcificante in una pentola, quindi bollire a fiamma dolce finché la gelatina si è completamente sciolta.

*Vierta el jugo exprimido, la gelatina disuelta y la sacarina en una olla, y luego cocine a fuego lento hasta que la gelatina se disuelva completamente.*



**4**

Versare il composto in una forma o recipiente e lasciare solidificare nel congelatore.

*Vierta los ingredientes en un plato o en un recipiente adecuado, deje que solidifique en el refrigerador.*



È possibile ottenere diverse gelatine naturali utilizzando frutti diversi.  
*Puede hacer diferentes gelatinas naturales con otras frutas.*



.....

# Inhalt

## Contents

.....

### Der Slow Juicer / Шнековая соковыжималка

- 86 Montage / Сборка
- 88 Vor der Verwendung / Перед использованием
- 90 Reinigung nach dem Gebrauch / Очистка
- 92 Filter, was ist besser? / Фильтры, что выбрать?
- 94 Zuschneiden der Zutaten / Подготовка ингредиентов

### Fruchtsäfte / Фруктовые соки

- 98 Apfelsaft / Яблочный сок
- 100 Traubensaft / Виноградный сок
- 102 Orangensaft / Апельсиновый сок

### Gemüsesäfte / Овощные соки

- 104 Karottensaft / Морковный сок
- 106 Tomatensaft / Томатный сок
- 108 Sellerie-Saft / Зеленый сельдерей

### Spezialsäfte / Специальные рецепты

- 110 Birnen-Ingwer-Tee / Грушево-имбирный чай
- 112 Rote-Beeren-Tee / Ягодный чай
- 114 Grüner Smoothie / Зеленый смузи
- 116 Entgiftungssaft / Сок, выводящий токсины
- 118 Natürliches Fruchteis / Мороженое из натуральных фруктов
- 120 Fruchtgelee / Фруктовое желе

.....

## Der Slow Juicer

### Шнековая соковыжималка

.....

Heutzutage scheint alles schon am Folgetag außer Mode zu sein und das Leben des modernen Menschen ist nicht leicht, denn es gilt Schritt zu halten.. Smeg befürwortet daher den „langsamen aber stetigen Schritt“ zur SST™ (Slow Squeezing Technology), eine Weltneuheit entwickelt von Smeg, die sich ihre Zeit nimmt. Die Zutaten werden dabei nicht mit scharfen Klingen zerkleinert. Wir sind davon überzeugt, dass alles Natürliche am gesündesten ist. Durch die langsam rotierende Technologie von Smeg, basierend auf dieser Überzeugung, werden die ursprünglichen Zutaten nicht beschädigt und ergeben unverdünnten puren Saft. Mit der optimierten Slow Squeezing Technology bringt Smeg die Vorteile der Natur für eine weltweit gesunde Ernährung.

*Сегодня любой новый прибор может устареть уже на следующий день после его появления, и современному человеку приходится приспосабливаться к жизни в стремительном темпе. Поэтому, согласно принципу компании Smeg, «медленное, но верное движение вперед» с технологией медленного отжима SST™ (Slow Squeezing Technology), мы убеждены, что сохранение натуральных свойств продуктов приносит наибольшую пользу здоровью. И, опираясь на этот принцип, технология Smeg не повреждает оригинальную структуру овощей и фруктов, а выдавливает неразбавленный чистый сок. Технология холодного отжима Smeg берет все лучшее от природы ради здорового питания по всему миру.*



# Montage Сборка



1

Drücken Sie das Sieb in die Rotationsbürste wie in der Abbildung gezeigt. Ohne diesen Schritt können Sie nicht mit der Montage fortfahren.

*Вставьте сито в держатель с вращающейся щеткой до упора, как показано на рисунке. Если сито встало неплотно, выполнить следующий шаг сборки будет невозможно.*



2

Setzen Sie die mit dem Sieb zusammengesetzte Rotationsbürste, wie in Abbildung 1, in den Behälter.

*Собранный блок с ситом и вращающейся щеткой поместите в чашу, как показано на рисунке 1.*



Bitte überprüfen Sie, ob der zusammengesetzte Behälter sicher auf der Basis montiert ist. Wenn sich der Hebel auf der Position OPEN befindet, ist der zusammengesetzte Behälter nicht korrekt auf der Basis platziert. Setzen Sie den Hebel nach Montage des Behälters auf die Position CLOSE.

*При установке чаши на основание, обязательно проверьте следующее. Если рычаг замка находится в положении OPEN (открыто), значит, чаша не закреплена на основании. После установки чаши не забудьте повернуть рычаг в положение CLOSE (закрыто).*



3

Platzieren Sie die Schnecke in den Behälter, indem Sie beide Seiten der Schnecke in der Kerbe der Rotationsbürste verkeilen.

*Поместите шнек в чашу так, чтобы оба плечика шнека попали в желобки вращающейся щетки.*



4

Drehen Sie den Trichter im Uhrzeigersinn und verriegeln Sie ihn.

*Насадите и поверните горловину по часовой стрелке до упора.*



5

Setzen Sie den zusammengesetzten Behälter auf die Basis.

*Установите собранный блок чаши на основание.*



Wenn Sie weitere Informationen zur Montage benötigen, lesen Sie bitte die Bedienungsanleitung. *Подробнее о процессе сборки см. в руководстве по эксплуатации.*



# Vor der Verwendung Перед использованием

## 1 Vorbereitung, Entsaftung Подготовка, отжим

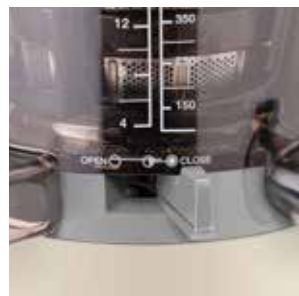
Der erste Vorbereitungsschritt vor dem Entsaften ist das Schließen des Hebels. Bitte versichern Sie sich vor der Verwendung, dass der Hebel vollständig geschlossen ist. Durch den vollständig geschlossenen Hebel ergibt sich dickflüssiger und gleichmäßiger Saft. Bei Früchten mit harten Kernen (Trauben, schwarze Himbeeren, Kiwi, Granatapfel usw.) sollte der Hebel geschlossen sein. Öffnen Sie den Hebel zur Hälfte, wenn der Saft beginnt herauszufließen.

*Перед отжимом сока обязательно поверните рычаг в закрытое положение. Проверьте, доведен ли рычаг до упора. В таком положении получается более густой и нежный сок. При обработке фруктов с твердыми семечками (виноград, ежевика, киви, гранат и пр.), рычаг должен находиться в полностью закрытом положении. Как только начнет вытекать сок, поверните рычаг в полуоткрытое положение.*

## 2 Reinigung Очистка

Zum Auseinandernehmen und Reinigen des Behälters öffnen Sie den Hebel vollständig. Der Behälter ist einfach und leicht zu reinigen.

*При разборке и очистке чаши нужно полностью открыть рычаг. Очистка чаши не требует особых усилий.*



## 3 Fertigstellung, einfache Reinigung Завершение отжима, простая очистка

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, öffnen Sie den Hebel vollständig und entfernen das zusammengepresste Fruchtfleisch. Die Fruchtfleischmenge im Sieb wird reduziert und der Trichter kann nach der Verwendung leichter geöffnet werden. Für eine einfache Reinigung setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position und entfernen Sie das zusammengepresste Fruchtfleisch.

*Перед завершением отжима поверните рычаг в полностью открытое положение и выпустите спрессованные спрессованный жмых. Жмых очищается с сита, поэтому горловина легко снимается после использования. При простой очистке, поместите рычаг в полуоткрытое положение и выпустите жмых.*



## ! Verwendung des Reverse-Knopfs Кнопка реверса

1. Wenn das Gerät während des Entsaftens aufgrund zu vieler Zutaten den Entsaftungsprozess stoppt: Drücken Sie den Reverse-Knopf für ein paar Sekunden und lassen Sie ihn dann los. Wiederholen Sie den Vorgang 2 oder 3 Mal.
2. Wenn sich der Trichter nach der Verwendung schwer öffnet: Setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position, drücken Sie den Reverse-Knopf und lassen Sie ihn dann los. Wiederholen Sie den Vorgang 2 oder 3 Mal.

**Warnung!** Nachdem das Gerät vollständig stillsteht, drücken Sie den Reverse-Knopf (den gleichen Knopf wie bei normalem Betrieb). Wird der Reverse-Knopf mit Gewalt gedrückt, kann die Gegenrotation nicht korrekt durchgeführt werden und es kann zu Fehlfunktionen kommen.

1. В случае закупорки устройства при избыточном количестве ингредиентов, нажмите кнопку реверса на несколько секунд и отпустите. Повторите 2–3 раза.
2. В случае, если вы не можете снять горловину после использования, поместите рычаг в полуоткрытое положение, нажмите кнопку реверса на несколько секунд и отпустите. Повторите 2–3 раза.

**Внимание!** Кнопку реверса следует нажимать после полной остановки работы устройства (так же, как и при нормальном вращении). Если нажимать кнопку с силой, функция реверса может работать неправильно или же прибор может сломаться.



# Reinigung Очистка

## 1 Reinigung des Siebs Очистка сита

Reinigen Sie das Sieb innen sowie außen mit einem Schwamm. Es ist empfehlenswert, die Kanten des Siebs mit einer Bürste zu reinigen.

*Промойте сито снаружи и внутри губкой для посуды. Для очистки сита в уголках лучше всего воспользоваться специальной щеткой.*



## 2 Reinigung des Behälters Очистка чаши

Scheuern und waschen Sie mit der Bürste jeden Winkel des Fruchtfleischsausgangs.

*Протрите и промойте все детали от остатков жмыха с помощью щетки.*



## 3 Reinigung des Füllkörpers Очистка уплотнителей

Der Saftbehälter, die Verschlusskappe und die Silikonbürste lassen sich auseinandernehmen und separat reinigen.

*Уплотнители чаши, колпачок и силиконовые щетки можно снять и помыть отдельно.*



## 4 Desinfizierung der Einzelteile Стерилизация компонентов

Legen Sie zum Desinfizieren die einzelnen Bestandteile 6 Stunden lang in mit Wasser verdünntes Natron oder natürliches Geschirrdesinfektionsmittel.

*Для стерилизации поместите компоненты соковыжималки в раствор пищевой соды или натурального дезинфицирующего средства для посуды на 6 часов.*



# Filter, was ist besser? Фильтры, что выбрать?

## 1 Feines Sieb Мелкое сито

Das feine Sieb eignet sich aufgrund des feinen und dichten Geflechts zum Zubereiten von klaren Säften. Es empfiehlt sich besonders beim Entsaften von grünem Gemüse und Birnen.

*Мелкое сито благодаря часто расположенным отверстиям небольшого размера позволяет получить чистые соки без мякоти. Такое сито лучше всего использовать для приготовления соков из зеленых овощей и груши.*



Карottensaft mit feinem Sieb.  
Морковный сок через мелкое сито.



Selleriesaft mit feinem Sieb.  
Сок из сельдерея через мелкое сито.

## 2 Grobes Sieb Крупное сито

Das grobe Sieb ist weitmaschiger als das feine Sieb und wird daher für dickflüssige Säfte mit Fruchtfleisch oder für Mixsäfte verwendet.

Es empfiehlt sich für festere Zutaten wie Bananen oder Erdbeeren und eignet sich ebenso für Smoothies, Milchgetränke oder Suppen.

*С помощью крупного сита с более крупными отверстиями получается более густой сок с мякотью, а также отлично перерабатываются смеси разных ингредиентов. Крупное сито лучше использоваться для плотных продуктов, таких как банан или клубника, оно отлично подходит для приготовления смузи, молочных коктейлей или супов.*



Карottensaft mit grobem Sieb.  
Морковный сок через крупное сито.



Banannensaft mit grobem Sieb.  
Банановый сок через крупное сито.



# Zuschneiden der Zutaten

## Подготовка ингредиентов

### Entsaften von geschälten Zutaten

Obst, das ohne Schale gegessen wird (Melone, Wassermelone, Orange, Grapefruit usw.) sollte geschält und in angemessene Stücke zerkleinert werden.

### Игредиенты без кожуры, готовые для отжима

Фрукты, кожура которых может испортить вкус сока (дыня, арбуз, апельсин, грейпфрут и пр.), нужно предварительно очистить и порезать на кусочки.



### Entsaften von Zutaten nach Herauslösung des Fruchtfleisches

Entfernen Sie die Stängel von Trauben und trennen Sie die einzelnen Trauben. Entfernen Sie die Schale von Granatäpfeln und verwenden Sie nur das Fruchtfleisch.

### Очищенная сочная часть ингредиентов

Отделите виноградины от стебля и выберите зерна граната, удалив кожуру и перегородки.



### Stangengemüse

Schneiden Sie Sellerie und Engelwurz mit langen und festen Fasern in Stücke, die kleiner als 3 cm sind.

### Овощи с плотным стеблем

Нарежьте длинные и плотные стебли сельдерея и дягиля на кусочки длиной не более 3 см.



### Entsaften von Zutaten mit Kernen und Schale

Obst mit reichhaltigem Nährwert in Kernen und Schale wird zerkleinert und direkt mit Kernen und Schale entsaftet. Apfelkerne sollten aufgrund des Giftgehalts entfernt werden.

### Игредиенты с семенами и кожурой, готовые для отжима

Фрукты, содержащие полезные вещества в семенах и кожуре, можно загружать в соковыжималку вместе с ними, предварительно порезав на кусочки приемлемого размера. В семенах яблок содержатся токсины, поэтому рекомендуется их вырезать.



### Stangen- und Sprossengemüse

Gemüse mit vielen und harten Fasern wird bündelweise eingeführt, damit es nicht verstreut wird.

### Овощи с длинным тонким стеблем

Овощи, имеющие форму длинных перьев, загружаются пучками, чтобы не допустить их наматывания на шнек и разбрасывания по чаше.

### Entsaften von Zutaten nach Entfernung harter Kerne

Entfernen Sie die Kerne vor der Verwendung, da diese den Betrieb stoppen oder Bestandteile beschädigen können.

### Отжим ингредиентов после удаления твердой косточки

Удаляйте косточки перед загрузкой ингредиентов в соковыжималку. В противном случае возможна поломка ее механизма или отдельных компонентов.







*Fruchtsäfte / Фруктовые соки*

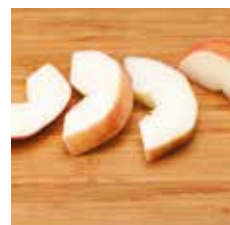
*Gemüsesäfte / Овощные соки*

*Spezialsäfte / Специальные рецепты*

## Apfelsaft Яблочный сок

Äpfel sind das ganze Jahr über leicht zu finden und eine Obstsorte, die jeder kennt und mag. Sie sind darüber hinaus reich an pflanzlichen Ballaststoffen, Pektin zur Verbeugung von Verstopfung und Zitronensäure zur Erholung bei Müdigkeit. Bei Genuss in Saftform werden die Nährstoffe von Äpfeln leichter vom Körper aufgenommen.

*Яблоки – это самые распространенные и всеми любимые фрукты. Они служат богатым источником растительных волокон и пектина для противодействия запорам, а также лимонной кислоты для снятия усталости. В виде сока полезные вещества лучше усваиваются организмом.*



1

Entfernen Sie den oberen Teil der Äpfel und waschen Sie sie. Schneiden Sie sie in angemessen Stücke.

*Срежьте верхушку яблока и вырежьте сердцевину. Нарезьте на кусочки приемлемого размера.*



2

Schließen Sie den Hebel, geben Sie die Äpfel in das Gerät und starten Sie den Vorgang.

*Поверните рычаг в закрытое положение и пропустите кусочки яблок через соковыжималку.*



3

Wenn Sie klaren Saft bevorzugen, gießen Sie den gewonnenen Saft in den Behälter zurück und entsaften Sie ein weiteres Mal.

*Если вы хотите получить чистый сок без мякоти, пропустите сок первого отжима через соковыжималку еще раз.*



4

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position, um das zusammengepresste Fruchtfleisch zu entfernen.

*Перед завершением отжима поверните рычаг в наполовину открытое положение и выпустите жмых.*



Beim Entsaften bilden sich viele Bläschen. Dies ist typisch bei Äpfeln. Seien Sie unbesorgt.

*При отжиме сока образуется большое количество пузырьков. Не волнуйтесь, это характерно для яблок.*



Bereiten Sie auf gleiche Weise zu  
Приготовьте сок тем же способом



Birne  
Груша



Orientalische Melone  
Дыня



Wassermelone  
Арбуз

Hautpflege  
Здоровая кожа

Stressabbau  
Снятие стресса



## Traubensaft Виноградный сок

Süßer Traubensaft besitzt viele Anthocyane mit verjüngenden Eigenschaften. Bei der Einnahme von Traubensaft, der mit diesem Gerät zubereitet wurde, entgeht Ihnen nichts vom reichen Nährwert in Kernen und Schale.

*Сок из сладкого винограда содержит большое количество антиоксидантов, предотвращающих рак и возвращающих молодость. В соке, приготовленном на соковыжималке Stieg, сохраняются все питательные вещества из виноградных косточек и кожуры.*

*Vorbeugung gegen  
Alterung und Krebs*

*Омоложение и  
профилактика  
рака*



1

Trennen Sie die einzelnen Trauben ab und waschen Sie sie.

*Отделите виноградины от стебля и промойте.*



2

Schließen Sie den Hebel und starten Sie das Gerät. Wenn der erste Saft herausfließt, setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position.

*Поверните рычаг в закрытое положение и включите соковыжималку. Как только начнет выходить сок, поверните рычаг в наполовину открытое положение.*



3

Für einen reichen Geschmack schließen und öffnen Sie wiederholt den Hebel während der Entsaftung.

*Если вы хотите получить насыщенный аромат, периодически закрывайте и открывайте рычаг во время отжима.*



4

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position, um das zusammengedrückte Fruchtfleisch zu entfernen.

*Перед завершением отжима поверните рычаг в наполовину открытое положение и выпустите жмых.*



Wenn Sie das Fruchtfleisch erneut zum Entsaften hineingeben, kann der Betrieb gestoppt werden. Wenn sich der Deckel aufgrund von Überlastung nicht öffnet, drücken Sie für einen kurzen Moment den Reverse-Knopf. Sie können ihn daraufhin leicht öffnen.

*При повторном пропускании жмыха возможна закупорка соковыжималки. Если крышка не открывается, на короткое время нажмите кнопку реверса. После чего крышка без труда откроется.*



*Bereiten Sie auf gleiche Weise zu*  
**Приготовьте сок тем же способом**



Brombeere  
Ежевика



Kiwi  
Киви



Granatapfel  
Гранат

*Erholung bei Müdigkeit  
Снятие усталости*



*Stressabbau  
Снятие стресса*

*Verbessertes Immunsystem  
Укрепление иммунитета*

## Orangensaft

### Апельсиновый сок

Оранги, едн речдхлтьег Внтмнкулел, verleihen dem Körper Vitalität. Frisch gepresster Orangensaft hilft uns beim Erholen von Müdigkeit und schenkt Wohlbefinden. Bereiten Sie gesunden und köstlichen Saft ohne Zusatzstoffe zu.

*Апельснны, как витаминная бомба, дают нашему организму взрывной заряд энергии и жизненных сил. Стакан свежевыжатого апельсинового сока снимает усталость и возвращает хорошее самочувствие. Готовьте полезный и вкусный сок без добавок.*



1

Schälen Sie die Orangen und schneiden Sie sie in angemessene Stücke.

*Снмнтте куужу и порежте апельсн на кусочки.*



2

Schließen Sie den Hebel, geben Sie die Orangen in das Gerät und starten Sie den Vorgang.

*Повернтте рычаг в закрытое положение и пропустнтте кусочки апельсннов через соковыжмалку.*



3

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position, um das zusammengepresste Fruchtfleisch zu entfernen.

*Перед завершнтнем отжнма повернтте рычаг в наполовнну открьтое положение и выпустнтте жмых.*



Verwenden Sie das grobe Sieb für einen dickflüssigen Saft mit wenig Fruchtfleisch und das feine Sieb für einen klaren Saft. Schälen und entkernen Sie Orangen, Grapefruits und Zitronen vor dem Entsaften.

*Если вы хотнтте прнтготовнтть густой сок с мякотью, используйте крупное снтто, если же вы не любнтте мякоть, используйте мелкое снтто. Выжнмая сок из таких фрукттов как апельснны, грейпфрутты или лнтмоны, прнтварнттельно счнтцайте куужу и удалнтте семена.*



*Bereiten Sie auf gleiche Weise zu*  
**Приготовьте сок тем же способом**



Mandarine  
Мандарин



Grapefruit  
Грейпфрут



Zitrone  
Лимон



## Karottensaft Морковный сок

Karotten sind vollgepackt mit Vitamin A und Betacarotin! Sie sind ein Wurzelgemüse, das für eine Erholung der Sehkraft sorgt und Vitalität verleiht. Entsaftete Karotten sind satt in der Farbe, süß im Geschmack und unterstützen die Aufnahme von Nährstoffen.

*Морковь богата витамином А и бета-каротином! Морковь – это корнеплод, который снимает усталость глаз и дает заряд бодрости. Свежевыжатый морковный сок имеет яркий насыщенный цвет, сладкий вкус и легко усваивается организмом.*



1

Da Karotten hart sind, schneiden Sie sie in fingergroße Stücke.

*Морковь имеет твердую структуру, поэтому ее нужно предварительно нарезать пластинками толщиной с палец.*



2

Schließen Sie den Hebel, geben Sie die Karotten in das Gerät und starten Sie den Vorgang.

*Поверните рычаг в закрытое положение и пропустите кусочки моркови через соковыжималку.*




3

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position, um das zusammengepresste Fruchtfleisch zu entfernen.

*Перед завершением отжима поверните рычаг в наполовину открытое положение и выпустите жмых.*

*Hautpflege  
Здоровая кожа*

*Verbesserte Sehkraft  
Улучшение зрения*

 In Kombination mit flüssigkeitsreichem Obst wie Äpfeln lassen sich Karotten leichter entsaften. Karotten-Bananen-Saft empfiehlt sich für Personen, die keine grünen Gemüsesäfte mögen.

*Морковный сок процеживать вместе с такими фруктами как яблоки, которые имеют сочную мякоть. Тем, кто не любит соки из зеленых овощей, рекомендуем готовить морковно-банановый микс.*



*Bereiten Sie auf gleiche Weise zu  
Приготовьте сок тем же способом*



Kartoffel  
Картофель



Lotoswurzel  
Корень лотоса



Ingwer  
имбирь



*Vorbeugung gegen Alterung  
Омоложение*



## Tomatensaft Томатный сок

Man sagt, bei einer guten Tomatenernte schließen die Krankenhäuser die Tore. Tomaten sind ein äußerst nahrhaftes Fruchtgemüse. Sie sind reich an Nährstoffen und weltweit als gesunde Kost anerkannt. Darüber hinaus sind sie zu jeder Saison leicht zu bekommen.

*Народная мудрость гласит: если уродились помидоры, больницы пустеют. Помидоры содержат множество полезных веществ. Питательные и целебные свойства помидоров признаны во всем мире. Кроме того, их можно найти в магазинах круглый год.*



1

Entfernen Sie die Tomatenstängel.

*Удалите цветоножки.*



2

Schließen Sie den Hebel, geben Sie die Tomaten in das Gerät und starten Sie den Vorgang.


*Поверните рычаг в закрытое положение и пропустите помидоры через соковыжималку.*



3

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, setzen Sie den Hebel auf eine halboffene Position, um das zusammengepresste Fruchtfleisch zu entfernen.

*Перед завершением отжима поверните рычаг в наполовину открытое положение и выпустите жмых.*

 Verleihen Sie mit purem japanischem Aprikosensaft oder Honig dem Tomatensaft etwas Süße. Eine Kombination mit Trauben ist ebenso eine ausgezeichnete Idee. *Добавьте в кисловатый томатный сок немного чистого сока японского абрикоса или меда. Также отличный сок получается из смеси винограда с помидорами.*



*Bereiten Sie auf gleiche Weise zu*  
**Приготовьте сок тем же способом**



Паприка  
Болгарский  
перец



Брокколи  
Брокколи



Blumenkohl  
Цветная  
капуста



.....  
*Sellerie-Saft*  
*Зеленый сельдерей*  
.....

Er eignet sich besonders zum Entgiften des Körpers und trägt daher bei täglicher Einnahme zu einer Verbesserung der körperlichen Verfassung und des Immunsystems bei.

*Многие любят вареный сельдерей, но в сыром виде он гораздо ароматнее и полезнее. Он замечательно выводит токсины из организма, поэтому при ежедневном употреблении вы получаете красивую фигуру и крепкую иммунную систему.*



1

Schneiden Sie Sellerie aufgrund der Langfaserigkeit in etwa 3 cm große Stücke.

*Стебель сельдерея содержит много длинных и прочных волокон, поэтому его нужно нарезать на кусочки длиной около 3 см.*



2

Schließen Sie den Hebel und geben Sie eine Hand voll Sellerie zum Entsaften in das Gerät.


*Поверните рычаг в закрытое положение и засыпьте горсть нарезанного сельдерея в соковыжималку.*



3

Wenn die Entsaftung fast beendet ist, setzen Sie den Hebel auf eine halbhohe Position, um das zusammengepresste Fruchtfleisch zu entfernen.

*Перед завершением отжима поверните рычаг в наполовину открытое положение и выпустите жмых.*

 Mildern Sie den typischen Geschmack von grünem Gemüsesaft mit Äpfeln, Orangen oder Ananas. Sie erhalten dadurch süßeren und schmackhafteren Saft.  
*Если вам не нравится специфический запах зеленого овощного сока, добавьте немного яблок, апельсинов или ананас. Так получится более сладкий и изысканный вкус.*

 *Bereiten Sie auf gleiche Weise zu*  
**Приготовьте сок тем же способом**

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Sellerie<br>Сельдерей   | Löwenzahn<br>Одуванчик  | Weizenkeimlinge<br>Шпинат   |

*Steigert die Leberfunktion  
Улучшение работы печени*

## *Birnen-Ingwer-Tee* *Грушево-имбирный чай*

Ingwer ist wirksam gegen Erkältung als auch bei Husten. Birnen enthalten außerdem gegen Bronchialkrankheiten, Schleim und Husten wirksames Luteolin. Bekämpfen Sie Husten mit Birnen-Ingwer-Tee.

*Имбирь является эффективным средством при простуде и кашле. Груша содержит лутеолин, который помогает при заболеваниях бронхов, улучшает отделение мокроты и лечит кашель. Для борьбы с кашлем сварите себе грушево-имбирный чай.*

*Zutaten: 1/2 Birne, 150 ml Wasser, 1 Esslöffel Honig.*

*Ингредиенты: 1/2 груши, 150 мл воды, 1 столовая ложка меда.*

*Schutz vor Bronchialkrankheiten*  
*Защита от бронхита*

*Vorbeugung gegen Erkältungen*  
*Профилактика простуды*



**1**

Entsaften Sie die Birne mitsamt der Schale.

*Пропустите грушу с кожурой через соковыжималку Steg.*



**2**

Bringen Sie das Wasser mit dem Ingwer und dem Honig zum Kochen, filtern Sie es durch ein Sieb und lassen Sie es abkühlen.

*Вскипятите воду с имбирем и медом, процедите отвар через сито и остудите.*



**3**

Vermengen Sie die entsaftete Birne mit den vorbereiteten Zutaten.

*Смешайте полученный грушевый сок с подготовленным отваром.*



## Rate-Beeren-Tee

### Ягодный чай

Dies ist ein Tee, der verschiedene Beeren enthält und reich an Vitamin C ist. Vitamin C wirkt nicht nur gegen Erkältungen, sondern auch gegen Hautflecken und Sommersprossen und hilft darüber hinaus bei der Bildung von Kollagen für eine verbesserte Hautelastizität.

*Этот насыщенный ягодный чай дает огромный заряд витамина С, который не просто помогает предотвратить простудные заболевания, но и способствует осветлению пятен и разравнивает поры на коже, участвуя в образовании коллагена, необходимого для ее эластичности. С ягодным чаем ваша кожа сияет здоровьем!*

*Zutaten: 250 ml Wasser, 30 g gefrorene Heidelbeeren, 30 g gefrorene Himbeeren, 40 g gefrorene Erdbeeren, eine kleine Menge Honig.*

*Ингредиенты: 250 мл воды, 30 г мороженой голубики, 30 г мороженой малины, 40 г мороженой клубники, немного меда или заменителя сахара.*



1

Bringen Sie die gefrorenen Heidelbeeren, Himbeeren und Erdbeeren mit Wasser zum Kochen und lassen Sie sie abkühlen.

*Вскипятите замороженную голубику, малину и клубнику в воде и остудите.*



2

Schließen Sie den Hebel und starten Sie den Entsaftungsvorgang mit einem Schöpflöffel voll Fruchtfleisch und Tee.

*Поверните рычаг в закрытое положение и пропустите отвар с ягодами через соковыжималку.*



3

Entsaften Sie alle Zutaten, während der Hebel geschlossen ist.

*При отжиме рычаг должен оставаться в закрытом положении.*



4

Fügen Sie dem fertigen Tee je nach Vorliebe Honig oder Oligosaccharide hinzu.

*Добавьте в отжатый чай мед или заменитель сахара по вкусу.*



Bereiten Sie Saft mit gefrorenem Obst zu, das ist leicht erhältlich und kann gut aufbewahrt werden. Genießen Sie je nach Situation kühle Smoothies oder heißen Tee. Verwenden Sie das grobe Sieb für einen kräftigen Saft mit Fruchtfleisch und das feine Sieb für einen klaren Saft.

*Делайте сок из замороженных фруктов, которые легко можно найти в магазинах и просто хранить. Такой напиток можно пить холодным как смузи или подогреть как чай. Если вам нравится напиток с мякотью, используйте крупное сито, если же вы предпочитаете чистый сок – возьмите мелкое сито.*

*Erholung bei Müdigkeit  
Снятие усталости*

*Hautpflege  
Здоровая кожа*



## Grüner Smoothie Зеленый смузи

Grünes Gemüse ist eine ausgezeichnete Quelle an Energie und Vitalität. Sie werden beginnen, grüne Smoothies für ihre saftige Farbe, den weichen und süßen Geschmack und die daraus gewonnene Vitalität zu lieben. Bereiten Sie grüne Smoothies mit Spinat oder Karotten zu und bewahren Sie sie im Kühlschrank auf. Fruchtlige Süße und das gesunde Aroma von grünem Gemüse vereinigen sich im grünen Smoothie.

*Зеленые овощи – это бесценный источник жизненных сил для нашего организма. Как было бы хорошо, если бы все члены семьи с удовольствием ели зеленые овощи, набираясь здоровья. Вам несомненно понравится зеленый смузи за его яркий цвет, мягкий и сладкий вкус и заряд энергии, который он дает. Сделайте этот напиток прямо сейчас из шпината и моркови, которые остались в вашем холодильнике. Сладкий вкус и польза зеленых овощей – все это в стакане с зеленым смузи.*



1

Waschen Sie grünes Blattgemüse und zerkleinern Sie es in angemessene Stücke.

*Промойте листовые овощи и нарежьте на кусочки приемлемого размера.*



2

Schließen Sie die Verschlusskappe und geben Sie die Zutaten in das Gerät. Füllen Sie nach der Entsaftung den Behälter mit dem grünem Gemüsesaft.

*Закройте колпачок на носике для выхода сока и загрузите нарезанные овощи в соковыжималку. В конце отжима чаша заполняется зеленым овощным соком.*



3

Geben Sie Bananen in den Behälter. Fügen Sie je nach Vorliebe anderes Obst, wie Äpfel oder Birnen, oder auch Milch oder Joghurt hinzu.

*Загрузите бананы в чашу. По желанию можно добавить такие фрукты как яблоки или груши, а также молоко или йогурт.*



4

Vermengen Sie die Bananen gründlich mit dem grünen Gemüsesaft.

*Хорошо смешайте бананы с зеленым овощным соком.*



## Entgiftungssaft

### Сок, выводящий токсины

Der Entgiftungssaft ist heutzutage eine beliebte Methode, um bei guter Gesundheit zu bleiben. Der Körper wird entgiftet, wir verlieren überflüssiges Gewicht und die Haut wird klarer. Die Slow Squeezing Technology von Smeg verbessert Geschmack, natürliche Aromen und Nährhaftigkeit.

*Многие знаменитости и известные врачи рекомендуют пить выводящий токсины сок во время диеты или в качестве средства для детоксикации. Сегодня выводящий токсины сок – это популярный способ поддерживать здоровье: из организма выводятся шлаки, мы теряем вес, а кожа разглаживается. Благодаря замедленному процессу отжима Smeg улучшается вкус напитка и сохраняются его натуральный аромат и питательные свойства.*



1

Schneiden Sie Brokkoli, Kohl, Tomaten und Karotten in Würfel.

*Нарежьте брокколи, капусту, помидоры и морковь на кубики.*



2

Übergießen Sie die Zutaten mit Wasser, bringen Sie sie zum Kochen und lassen Sie sie anschließend abkühlen.

*Залейте водой до верха овощей, хорошо прокипятите все ингредиенты и остудите.*



3

Schließen Sie den Hebel, geben Sie die Zutaten in das Gerät und beginnen Sie den Vorgang.

*Поверните рычаг в закрытое положение, загрузите все ингредиенты в соковыжималку и запустите отжим.*



4

Geben Sie Bananen und Äpfel zum Entsaften hinzu.

*Загрузите бананы и яблоки и выжмите из них сок.*



Bereiten Sie Ihren einzigartigen Entgiftungssaft zu, indem Sie je nach Vorliebe verschiedenste Zutaten hinzufügen.

*По желанию можно добавить другие ингредиенты, приготовив собственный вариант выводящего токсины сока.*





## Natürliches Fruchteis

### Мороженое из натуральных фруктов

*Zutaten: 200 ml Fruchtsaft, 50 g Schlagsahne, eine kleine Menge Honig oder Magermilchpulver.*

*Ингредиенты: 200 мл фруктового сока, 50 г взбитых сливок, немного меда или сухое обезжиренное молоко.*



1

Entsaften Sie das Obst Ihrer Wahl.

*Выжмите сок из фруктов по своему вкусу.*



2

Vermengen Sie den Saft mit der Schlagsahne und geben Sie die Mischung in den Gefrierschrank.

*Смешайте выжатый сок со взбитыми сливками и заморозьте.*



3

Fügen Sie weniger süßem Obst oder grünem Gemüsesaft etwas Honig oder Magermilchpulver hinzu.

*К недостаточно сладким фруктам или соку из зеленых овощей можно добавить мед или сухое обезжиренное молоко.*



4

Das Eis wird weicher, wenn Sie es alle 1 bis 2 Stunden mit einer Gabel kratzen.

*Если в процессе заморозки каждые час–два взбивать мороженое вилкой, оно станет мягче и воздушнее.*



Verwenden Sie Naturjoghurt statt Schlagsahne, wenn Sie eine hohe Kalorienmenge vermeiden möchten.

*Если вы хотите снизить калорийность мороженого, смешайте сок с обезжиренным йогуртом, а не взбитыми сливками.*

## Fruchtgelee Фруктовое желе

*Zutaten: 200 ml Fruchtsaft, 24 g Blattgelatine, 40 g Oligosaccharide.  
Ингредиенты: 200 мл фруктового сока, 24 г листового желатина, 40 г заменителя сахара.*



1

Entsaften Sie das Obst Ihrer Wahl.

*Выжмите сок из фруктов по своему вкусу.*



2

Weichen Sie die Gelatine in Wasser ein.

*Намочите желатин водой.*



3

Geben Sie den Saft, die eingeweichte Gelatine und die Oligosaccharide in einen Topf und kochen Sie die Mischung unter geringer Hitze, bis die Gelatine geschmolzen ist.

*Поместите выжатый сок, смоченный в воде желатин и заменитель сахара в сотейник и нагрейте на медленном огне до полного растворения желатина.*



4

Geben Sie die fertige Mischung in Schüsseln oder Förmchen und lassen Sie sie im Kühlschrank abkühlen.

*Разлейте по формам и оставьте в холодильнике до загустения.*



Bereiten Sie auch mit anderen Obstsorten verschiedene natürliche Gelees zu.  
*Можно приготовить несколько видов желе из разных фруктов.*







[smeg50style.com](http://smeg50style.com)

[smeg.it](http://smeg.it)

