

**Drawing My Daily Healthy Canvas
with Fruits & Vegetables**

RAWCORE JUICE



HUROM

INDICE

01 ESSENZIALE

- 08 Fitochimici
- 10 Succo Rawcore
- 12 Le mie combinazioni nelle ricette
- 14 Come preparare frutta e verdura
- 16 Ordine degli strati

02 RECIPE

- 20 Hurom Ricetta
- 42 Modi speciali per gustare l'Hurom

				
P. 20_Un bicchiere di succo salutare al giorno Bevi il tuo succo verde giornaliero	P. 21_Vivi una giornata in equilibrio Latte equilibrato Applenut	P. 22_Frutta e verdura succose Estratto viola succoso	P. 23_Vitamine in frutta e verdura La tua energia giornaliera ABCdel succo	P. 24_Minerali in frutta e verdura Delizia dorata
				
P. 25_Proteine vegetali Vero latte di mandorla	P. 26_Succo a basso contenuto di zucchero Succo CCA verde	P. 27_Routine quotidiana ben digerita Bianco setoso lattiginoso	P. 28_Rinfresca la vita quotidiana Succo Rawcore di cavolo nero e sedano	P. 29_Respiro rilassato Succo rilassante di basilico e pomodoro
	HUROM RICETTA			
P. 30_La "guardia del corpo" del corpo Succo d'uva frizzante				P. 31_Rinfresca la vitalità prima dell'esercizio fisico Zenzero e limone
				
P. 32_Ricarica le energie dopo l'esercizio fisico Bevanda energetica Milano.	P. 33_Giornata pura Succo bianco puro	P. 34_Flusso salutare Succo appagante	P. 35_Routine quotidiana con passaggi leggeri Succo verde chiaro	P. 36_Perfetto per piatti a base di pesce Cocktail con infusi asiatici
				
P. 37_Piatti "K-asty" Frittelle di patate gommosi	P. 38_Piatti a base di purea Zuppa vellutata di arancia e carota	P. 39_Pet-mily Biscotti alla carota Pet-mily	P. 40_Icecream/Sorbet Tropical sunshine sorbet	P. 41_Crema spalmabile Burro d'arachidi cremoso

Le categorie evidenziate spiegano l'efficacia di usare ingredienti come frutta e verdura per preparare succhi.



PARTE 01
ESSENZIALE



Fitochimici

Frutta e verdura sono ricche di nutrienti essenziali come vitamine e sali minerali.

Inoltre, sono prive di colesterolo e contengono meno grassi e sodio.

È importante consumare frutta e verdura di vari colori in quanto contengono ingredienti antiossidanti in base al colore e fitochimici.

Per iniziare con una sana routine quotidiana è importante completare l'alimentazione con frutta e verdura di vario tipo.

				
ROSSO	GIALLO	VERDE	VIOLA	BIANCO
Pomodori, Peperoni rossi, Melograni, Angurie, Lamponi e Pompelmi. • La tua energia giornaliera ABC del succo • Succo rilassante di basilico e pomodoro • Succo appagante • Sorbetto tropical sunshine	Carote, Peperoni gialli, Arance, Mandarini, Ananas, Mango e limoni. • Latte equilibrato Applenut • Delizia dorata • Zenzero e limone	Cavoli ricci, Sedano, Broccoli, Germogli d'orzo, Basilico e uva bianca. • Bevi il tuo succo verde giornaliero • Succo CCA verde • Succo Rawcore di cavolo nero e sedano • Succo verde chiaro • Cocktail con infusi asiatici	Cavoli rossi, Carote viola, Uva rossa e mirtilli. • Estratto viola succoso • Succo d'uva frizzante • Bevanda energetica Milano.	Cavolfiori, Cavoli, Ravanelli, Cipolle e pere. • Vero latte di mandorla • Bianco setoso lattiginoso • Succo bianco puro

Un bicchiere al giorno di nutrienti Rawcore

Succo Rawcore

Il succo Rawcore è prodotto con il metodo a bassa temperatura e bassa velocità, spremendo tre o più tipi di frutta e verdura fresca.

Contiene i loro enzimi e nutrienti complessi sensibili al calore.

Bevi un bicchiere di succo Rawcore e rendi la tua routine quotidiana rinfrescante e sana.

**Scopri Rawcore,
il segreto per la tua salute.**

01. Ingredienti difficili da mangiare resi “facili da consumare”

Con un solo bicchiere di succo Rawcore è possibile assumere facilmente i 400 g di frutta e verdura al giorno raccomandati dall'OMS, anche nelle quantità difficili da consumare crude.

02. Un bicchiere di “complesso nutrizionale” equilibrato

Spremendo tre o più tipi di frutta e verdura crude insieme, è possibile assumere un'ampia gamma di nutrienti essenziali ed enzimi, tutti contemporaneamente.

03. “Spremitura lenta a bassa temperatura” che preserva i nutrienti sensibili al calore

La produzione con il metodo di spremitura lenta senza calore, favorisce la conservazione di fitochimici, enzimi e antiossidanti.

04. “Gusto, colore e freschezza” naturali

Catturando il gusto e il colore originali degli ingredienti crudi, offre un'esperienza di succo di qualità superiore con la massima freschezza.

Senza distruggere i nutrienti sensibili al calore e separare i livelli nutrizionali, è possibile gustare una tazza di succo fresco.

Hurom consente di preparare succhi salutari ottenuti spremendo lentamente frutta e verdura a bassa temperatura, utilizzando tecnologie brevettate, preservandone i colori, i sapori e i nutrienti naturali senza distruggerli.



Le mie combinazioni nelle ricette.

Con una buona combinazione di sapori dolci, aspri e amari, è possibile gustare una tazza di succo ricco di sapore e nutrienti.

Se si desidera un succo dolce, aggiungere più frutta e/o verdura.

Se si desidera un succo aspro, aggiungere più agrumi come limoni e lime.

Se si desidera un succo amaro, aggiungere più ortaggi a radice.

Se si desidera un succo sapido, aggiungere più sedano per un sapore salato naturale.

Se si desidera un succo fresco, aggiungere più erbe aromatiche come menta e basilico.



La dolcezza del succo dipende dagli ingredienti.

Se si desidera un succo dolce, aggiungere verdure come cetrioli, lattuga, peperoni, pak choi, cicoria e spinaci.

Se si desidera un succo fresco, aggiungere più verdure verdi.



Per ottenere diversi gradi di dolcezza è possibile fare riferimento al "Livello di dolcezza" indicato nella pagina della ricetta.

Livello di dolcezza più basso : consente di assaporare il sapore naturale delle verdure.

Livello di dolcezza più alto : consente di assaporare il sapore ricco delle verdure.

Livello di dolcezza : ☒ ☒ ☒ ☐ ☐

I livelli di dolcezza indicati sono confermati dagli esperti Hurom e stabiliti come standard sulla base dei dati studiati.

Il grado di dolcezza effettivo può variare a seconda delle preferenze personali e delle caratteristiche delle materie prime.

Come preparare frutta e verdura

Hurom è in grado di spremere anche bucce e semi, per ottenere maggiori nutrienti. È possibile gustare succhi più salutari con vari tipi di frutta e verdura.

1. Frutta da cui devono essere rimossi i semi



Mele, Pere.

Lavarle sotto l'acqua corrente e poi privarle dei semi.

Manghi, Pesche, Ciliegie, Susine, Albicocche.

Prima di preparare il succo, togliere i semi grandi e duri. Sbucciare i manghi e privarli dei semi.



2. Agrumi



Limoni, Arance, Pompelmi, Lime, Mandarini, Mandarini verdi.

Lavare la buccia sotto l'acqua corrente e rimuovete la parte bianca, oppure spremerla insieme alla polpa, a seconda delle proprie preferenze.



3. Frutta/verdura che deve essere sbucciata



Patate, Cipolle, Ananas, Melograno, Meloni, Dragon fruit.

Lavarli sotto l'acqua corrente e sbucciarli accuratamente.

Se lo si desidera, è possibile spremere il torsolo di un ananas.



4. Frutta/verdura a cui è necessario togliere il picciolo



Uva.

Staccare gli acini dal raspo e lavarli sotto l'acqua corrente.

Pomodori, Pomodori ciliegino, Peperoncini jalapeño, Frutti di bosco (ad esempio fragole e mirtilli), Paprika.

Togliere il picciolo e lavarli sotto l'acqua corrente.



※ Introdurre la frutta intera nella tramoggia dell'estrattore o tagliarla a pezzi per spremerla.

5. Verdure che devono essere lavate

Carote, Barbabietole, Ravanelli, Broccoli.

Rimuovere lo sporco rimasto in superficie e lavarle sotto l'acqua corrente.



6. Erbe aromatiche e verdure a foglia

Aneto, Menta, Basilico, Cerfoglio, Cavolo riccio, Prezzemolo.

Agitarli più volte mentre li si lava sotto l'acqua corrente, quindi lasciarli asciugare naturalmente o rimuoverne l'umidità con un panno asciutto, a seconda delle proprie preferenze.



7. Verdure ricche di fibre

Sedano, Lemongrass, Rabarbaro, Cavoli, Zenzero.

Lavarli sotto l'acqua corrente e rimuovete eventuali residui di terra o impurità. Se lo si desidera, è possibile spremere il torsolo del cavolo. Tagliare le verdure ricche di fibre in pezzi di dimensioni adeguate.



8. Frutta secca

Mandorle, Noci, Anacardi, Arachidi (tostate).

Mettetele in acqua tiepida per circa 10 minuti prima di spremerle.



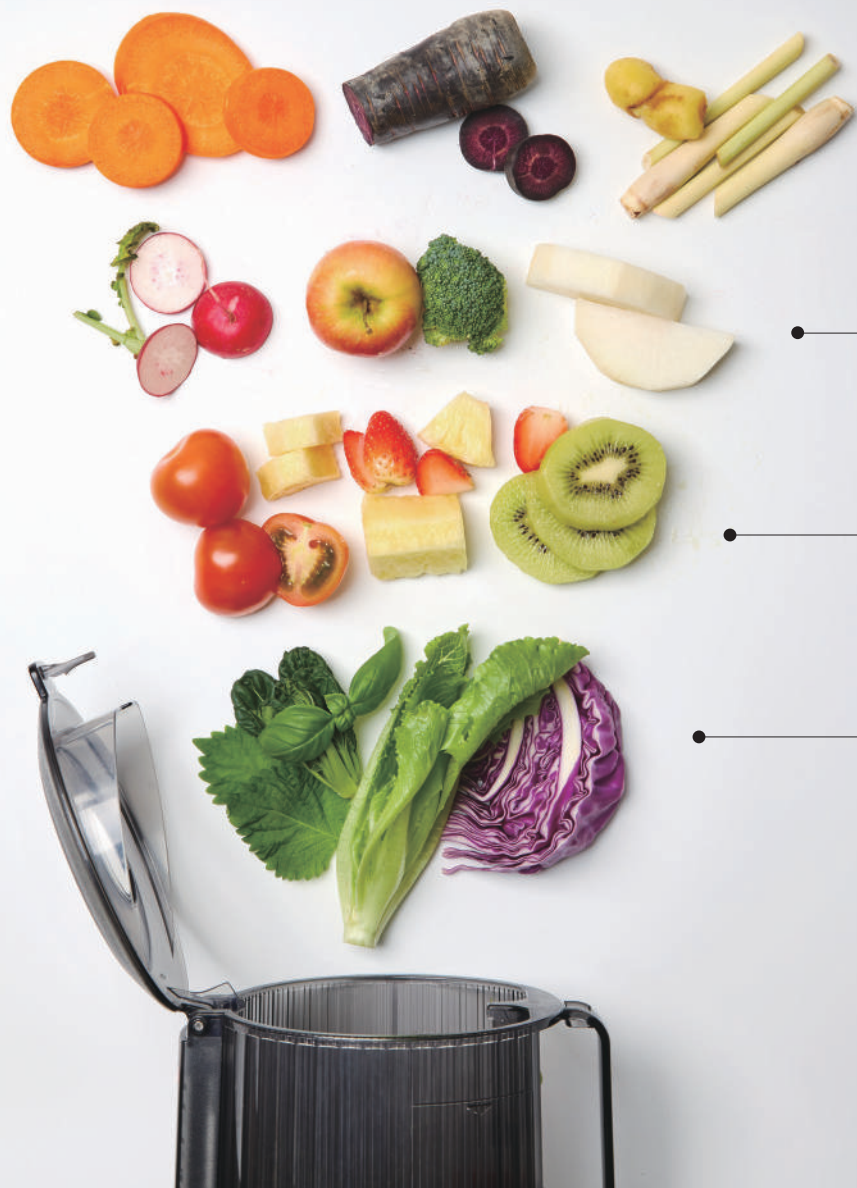
9. Frutta congelata

Preparare la frutta seguendo le istruzioni, tagliarla a pezzi di circa due-quattro centimetri e congelarla.



※ Introdurre la frutta intera nella tramoggia dell'estrattore o tagliarla a pezzi per spremerla.

Ordine degli strati



Introdurre frutta e verdura nella tramoggia nell'ordine seguente:

Verdure a foglia → Ingredienti morbidi → Ingredienti solidi → Ingredienti duri.

Gli ingredienti pesanti comprimeranno quelli leggeri per una spremitura più efficace.

04 Ingredienti duri

Gli ingredienti duri, come barbabietole, zenzero, carote e citronella, devono essere introdotti per ultimi.

03 Ingredienti solidi

Introdurre gli ingredienti solidi come mele, pere, patate e broccoli.

02 Ingredienti morbidi

Introdurre gli ingredienti morbidi, come uva, limoni, fragole e pomodori, prima di quelli solidi.

01 Verdure a foglia

Arrotolare le verdure a foglia, come cavoli ricci, verze, basilico e prezzemolo, e metterle per prime nella tramoggia.



PARTE 02
RICETTA

Bevi il tuo succo verde giornaliero

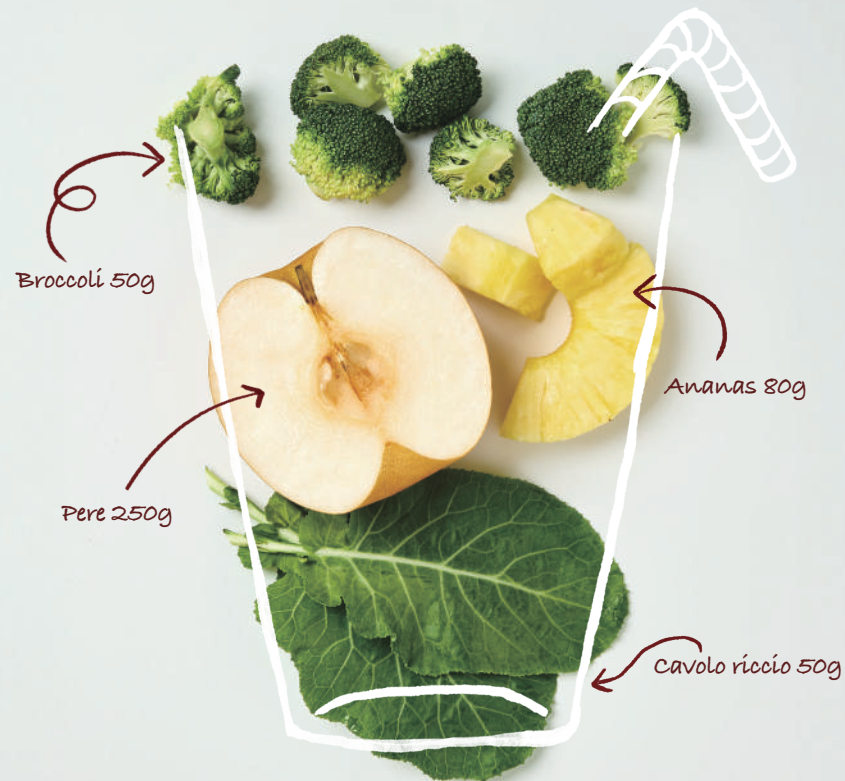
Nutrienti chiave

Vitamina C

Luteina

Bromelina

Acido clorogenico



Livello di dolcezza :



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Cavolo riccio _ 50g
2. Ananas _ 80g
3. Pere _ 250g
4. Broccoli _ 50g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Rimuovere la buccia dell'ananas e togliere i semi dalla pera.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Latte equilibrato Applenut

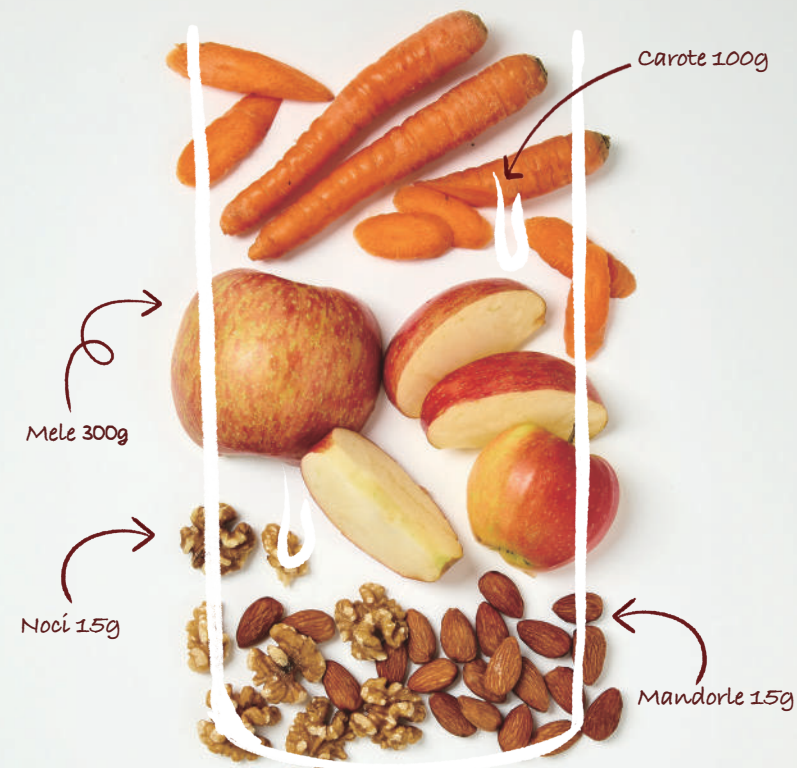
Nutrienti chiave

Vitamina E

Potassio

β-carotene

Quercetina



Livello di dolcezza :



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Noci _15g (mezzo misurino)
2. Mandorle _15g (un quarto di misurino)
3. Mele _300g
4. Carote _100g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

※ Usare il pressino come misurino.

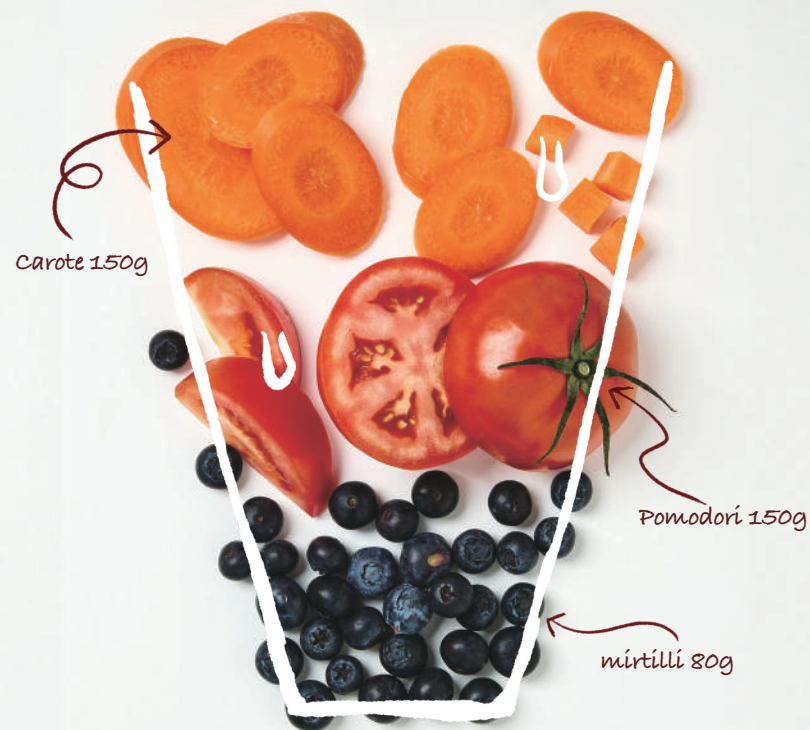
Estratto viola succoso

Nutrienti chiave

Acido folico

Licopene

Antocianine



Livello di dolcezza :



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- ① mirtilli _80g
- ② Pomodori _150g
- ③ Carote _150g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
3. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

La tua energia giornaliera ABC del succo

Nutrienti chiave

Vitamina C

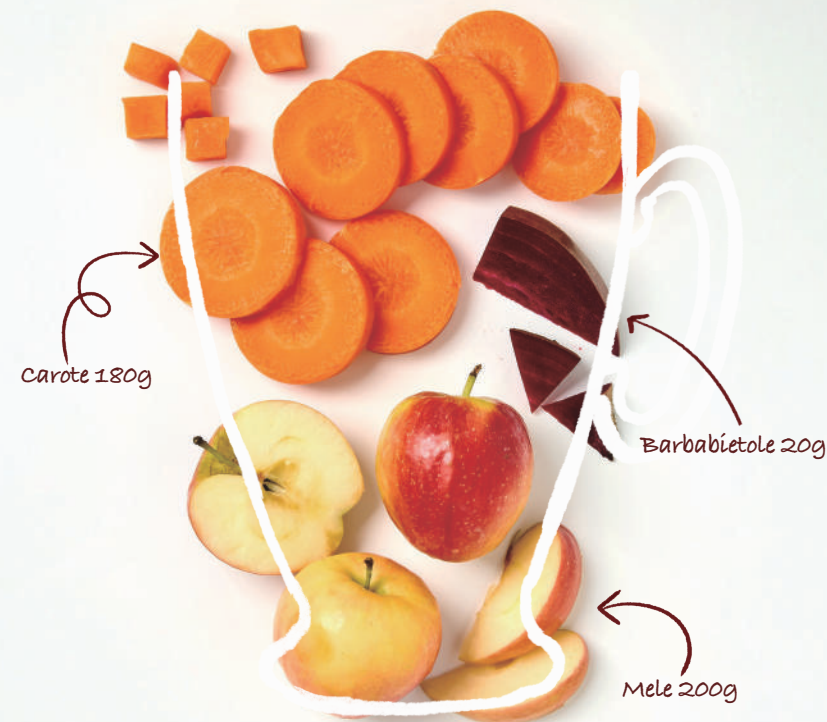
Vitamina K

Acido folico

Quercetina



Una ricarica di energia quotidiana, il succo ABC, è la ricetta del Kit Hurom Juice che ha vinto il Superior Taste Award all'ITF International Food and Beverage Award 2025.



Livello di dolcezza :



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- ① Mele _200g
- ② Barbabietole _20g
- ③ Carote _180g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Sbucciare prima barbabietole e carote.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Delizia dorata

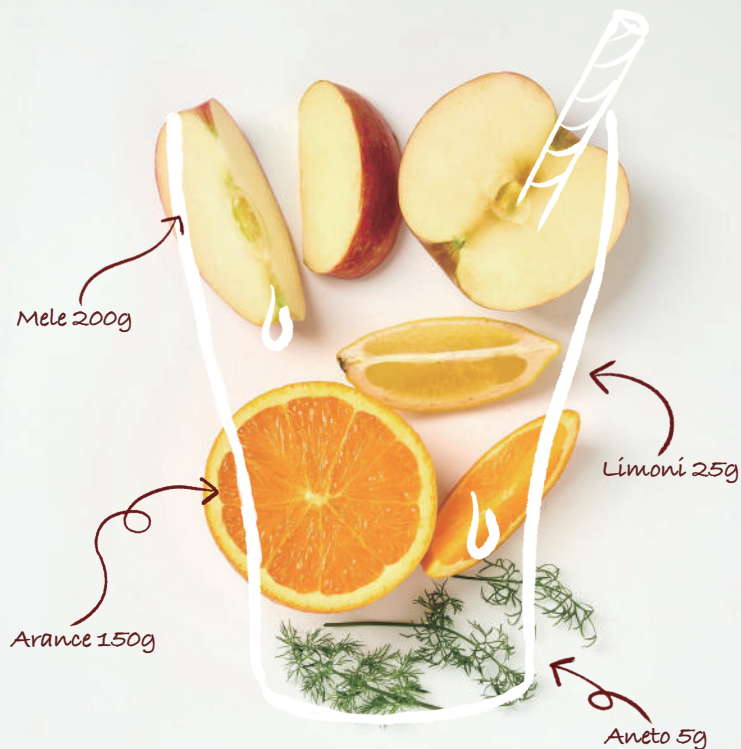
Nutrienti chiave

Vitamina C

Selenio

Limonene

Esperidina



Livello di dolcezza : ■■■■■■



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Aneto_5g
- 2 Arance_150g
- 3 Limoni_25g
- 4 Mele_200g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Vero latte di mandorla

Nutrienti chiave

Vitamina E

Magnesio



Livello di dolcezza : ■■■■■■



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Mandorle_150g(due misurini)
- 2 Acqua_300g
- 3 Un pizzico di sale.

Ricetta

1. Lavare accuratamente le mandorle.
2. Per spremerle, introdurre le mandorle nella tramoggia con l'acqua.
3. Aggiungere sale a piacere.

Succo CCA verde

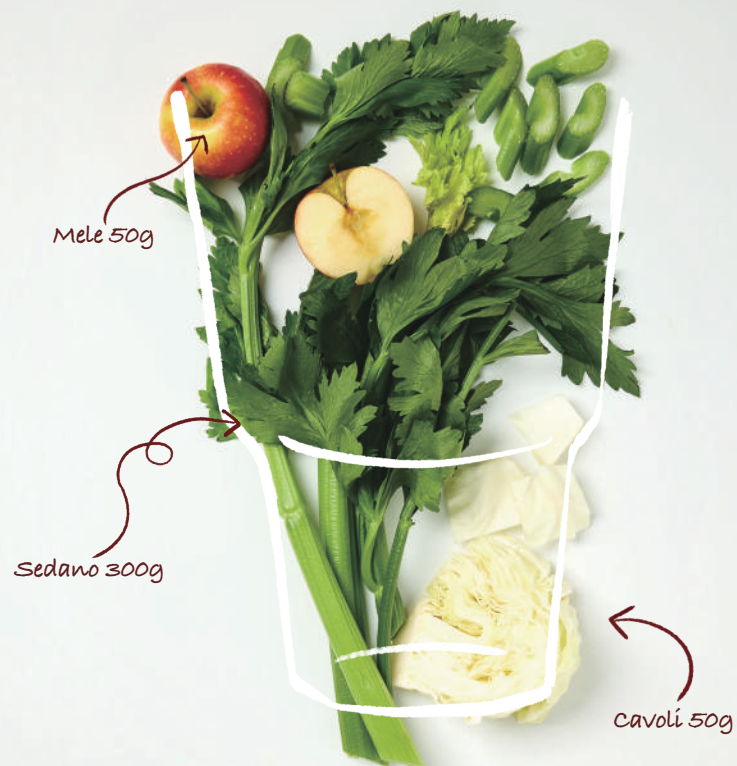
Nutrienti chiave

Acido folico

Vitamina U

Sulforafano

Cumarina



Livello di dolcezza : ■ □ □ □ □



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Cavoli _50g
2. Sedano _300g
3. Mele _50g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Bianco setoso lattiginoso

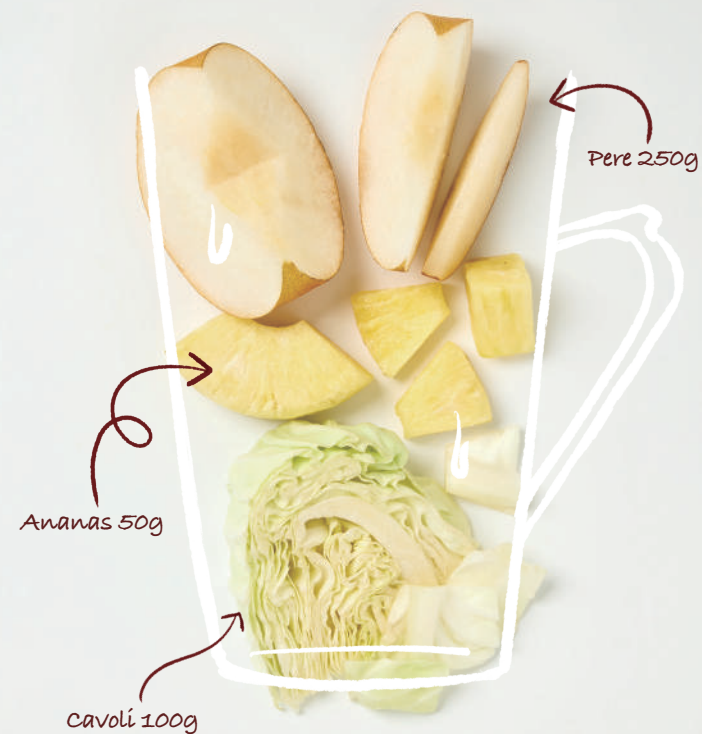
Nutrienti chiave

Vitamina U

Luteolina

Bromelina

Indolo



Livello di dolcezza : ■ ■ □ □ □



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Cavoli _100g
2. Ananas _50g
3. Pere _ 250g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Rimuovere la buccia dell'ananas e togliere i semi dalla pera.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Succo Rawcore di cavolo nero e sedano

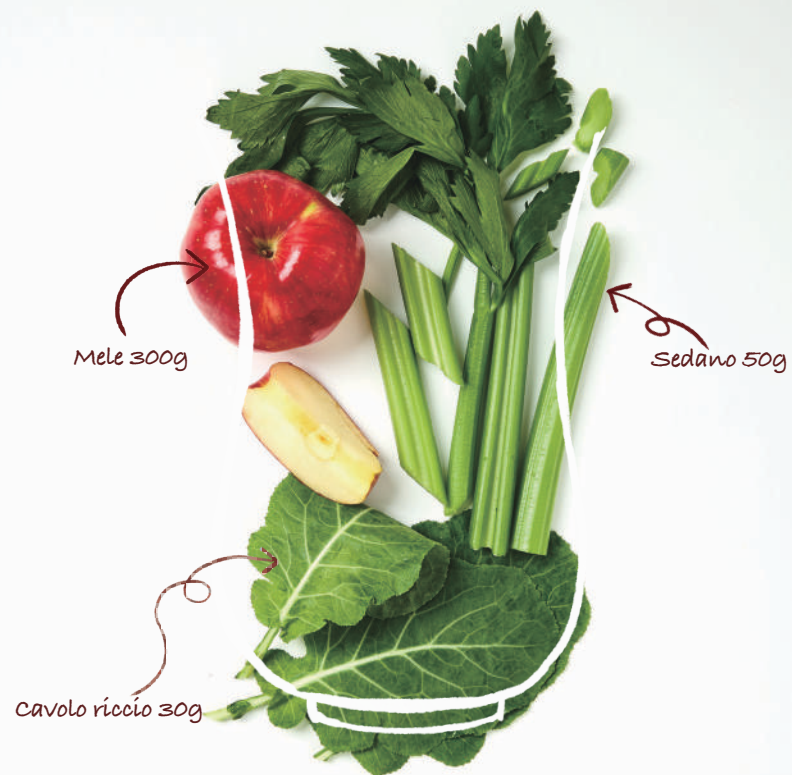
Nutrienti chiave

Acido folico

β -carotene

Luteina

Quercetina



Livello di dolcezza : ■■■■■□



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Cavolo riccio _ 30g
2. Sedano _ 50g
3. Mele _ 300g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

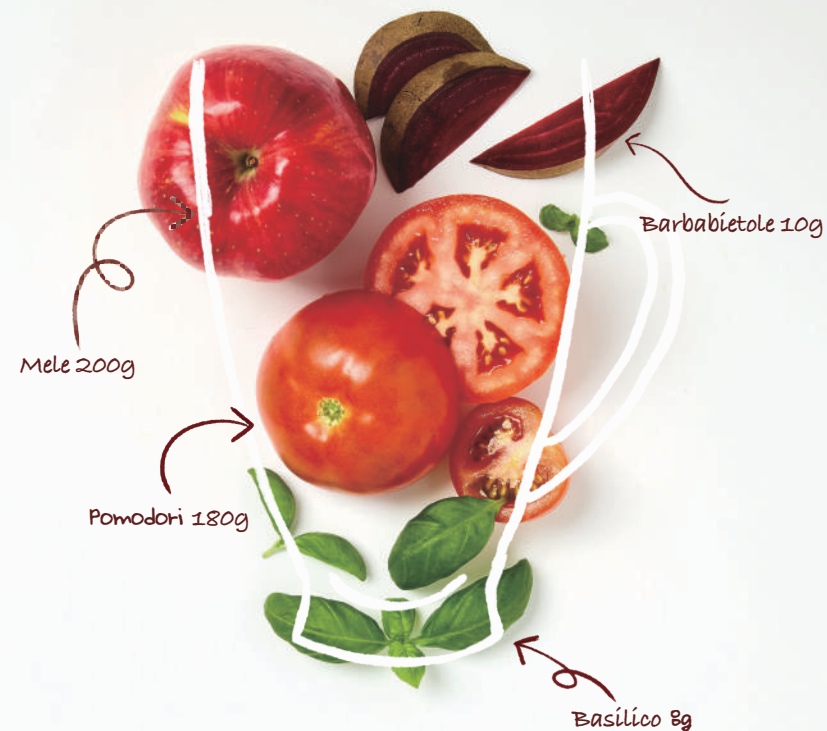
Succo rilassante di basilico e pomodoro

Nutrienti chiave

Licopene

Betalaina

Quercetina



Livello di dolcezza : ■■■□□□



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Basilico _ 8g
2. Pomodori _ 180g
3. Mele _ 200g
4. Barbabietole _ 10g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Succo d'uva frizzante

Nutrienti chiave

Vitamina B₁ Resveratrolo Antocianine Proantocianidina



Livello di dolcezza : ☒ ☒ ☒ ☐ ☐



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Tre foglie di menta
- 2 Lime _ 50g
- 3 Uva rossa _ 200g
- 4 Acqua frizzante_100ml

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere gli acini d'uva dal raspo.
3. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

✳ Usare il pressino come misurino.

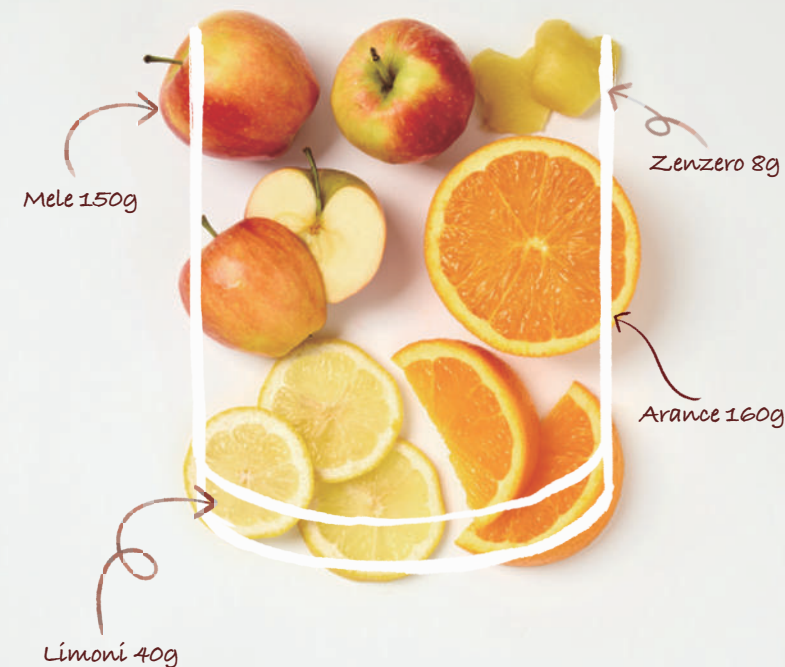
Zenzero e limone

Nutrienti chiave

Vitamina C Naringina Gingerolo Esperidina



Zenzero e limone è la ricetta del Kit Hurom Juice che ha vinto il Superior Taste Award all'ITI International Food and Beverage Contest 2025.



Livello di dolcezza : ☒ ☒ ☒ ☒ ☐



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Arance _160g
- 2 Limoni _ 40g
- 3 Mele _150g
- 4 Zenzero _8g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Sbucciare arance e limoni.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

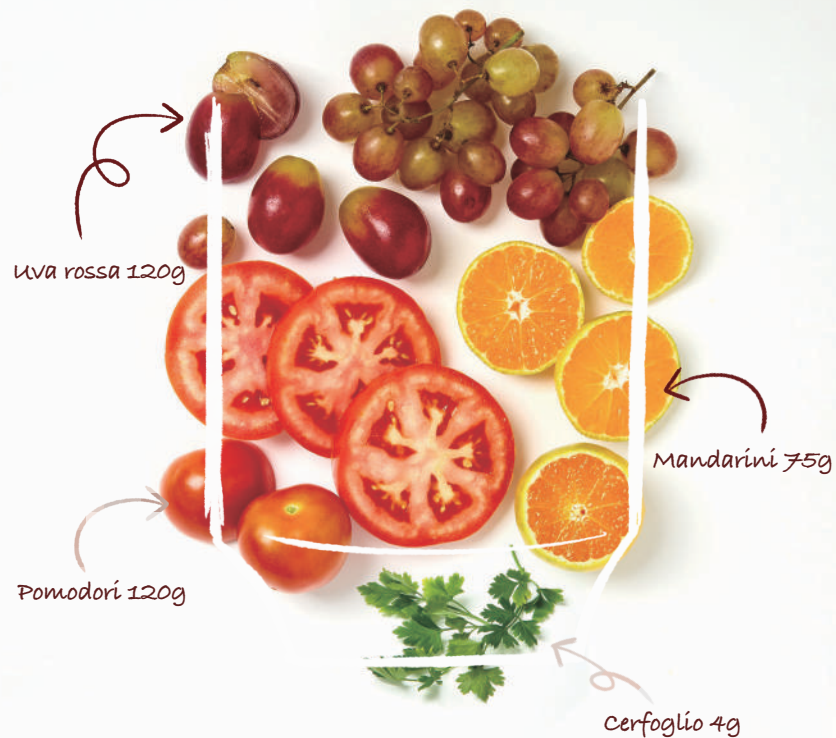
Bevanda energetica Milano

Nutrienti chiave

Vitamina B₁

Vitamina C

Licopene



Livello di dolcezza : ■■■■■



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Cerfoglio_ 4g
- 2 Pomodori _ 120g
- 3 Mandarini_ 75g
- 4 Uva rossa _ 120g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere gli acini d'uva dal raspo.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

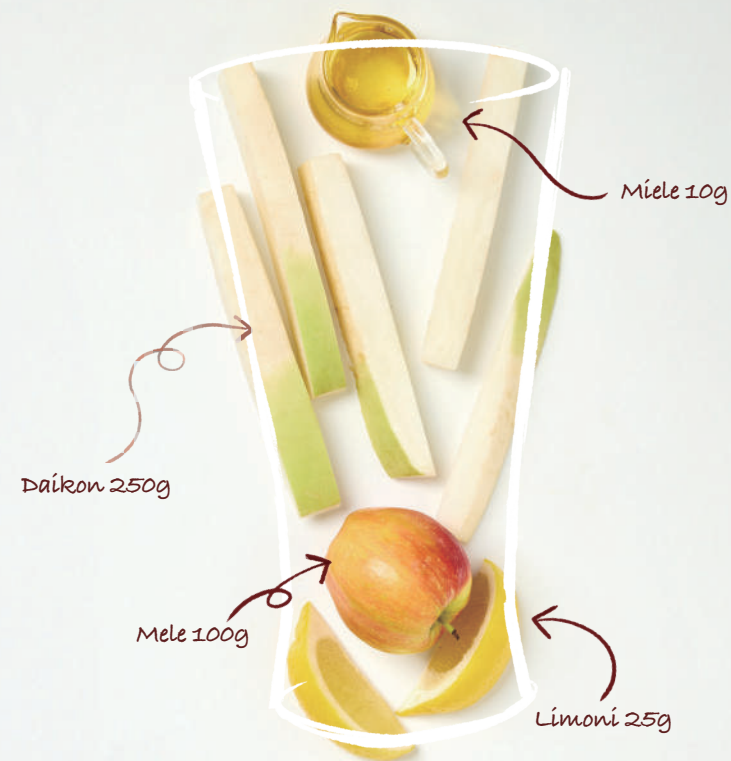
Succo bianco puro

Nutrienti chiave

Limonene

Isotiocianato

Quercetina



Livello di dolcezza : ■■■■■



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Limoni _ 25g
- 2 Mele _100g
- 3 Daikon _250g
- 4 Miele _10g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.
4. Aggiungere miele a piacere.

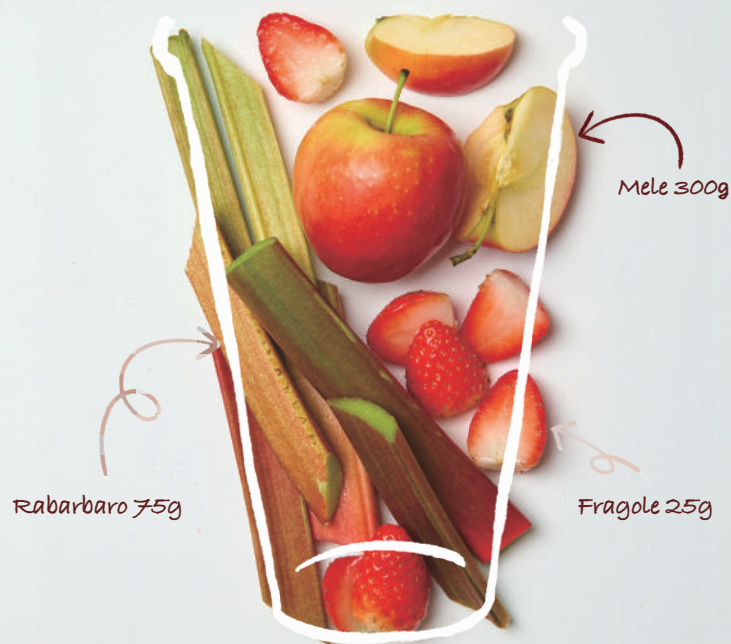
Succo appagante

Nutrienti chiave

Acido folico

Manganese

Quercetina



Livello di dolcezza : ☒ ☒ ☒ ☒ ☒ ☐



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Fragole _ 25g
2. Rabarbaro _ 75g
3. Mele _ 300g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

Succo verde chiaro

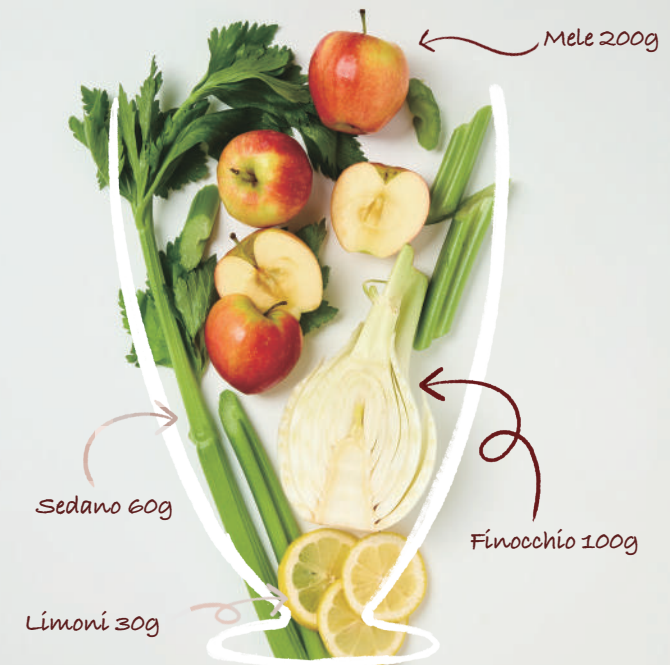
Nutrienti chiave

Calcio

β -carotene

Apigenina

Esperidina



Livello di dolcezza : ☒ ☒ ☒ ☐ ☐



Preparazione degli ingredienti (250ml)

1. Limoni _30g
2. Sedano _60g
3. Finocchio _ 100g
4. Mele _200g

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Togliere i semi dalla mela.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.

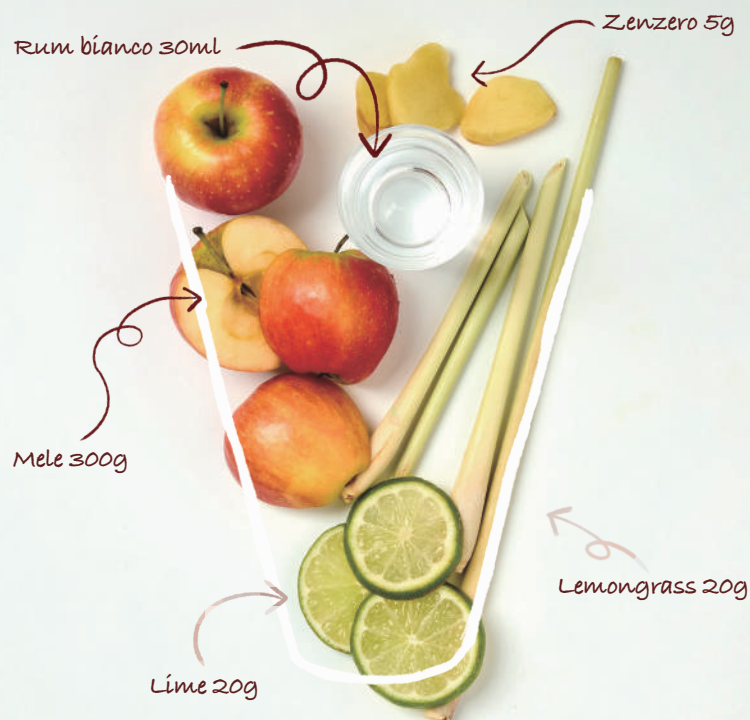
Cocktail con infusi asiatici

Nutrienti chiave

Acidi organici

Acido p-cumarico

Gingerolo



Livello di dolcezza : ■■■■■■■■



Preparazione degli ingredienti (250ml)

- 1 Lime _ 20g
- 2 Mele _ 300g
- 3 Lemongrass _ 20g
- 4 Zenzero _ 5g
- 5 Rum bianco _ 30ml

Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
 2. Togliere i semi dalla mela.
 3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
 4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.
 5. Versate il succo spremuto in una tazza e aggiungere rum bianco.
- ※ Usare il pressino come misurino.

Frittelle di patate gommose

Hurom non consente solo di preparare succhi, ma anche vari piatti!



Preparazione degli ingredienti

- 1 Patate _ 500g
- 2 Un pizzico di sale
- 3 Un pizzico di pepe
- 4 Olio da cucina _ 20ml
- 5 Un ciuffo di prezzemolo

Ricetta

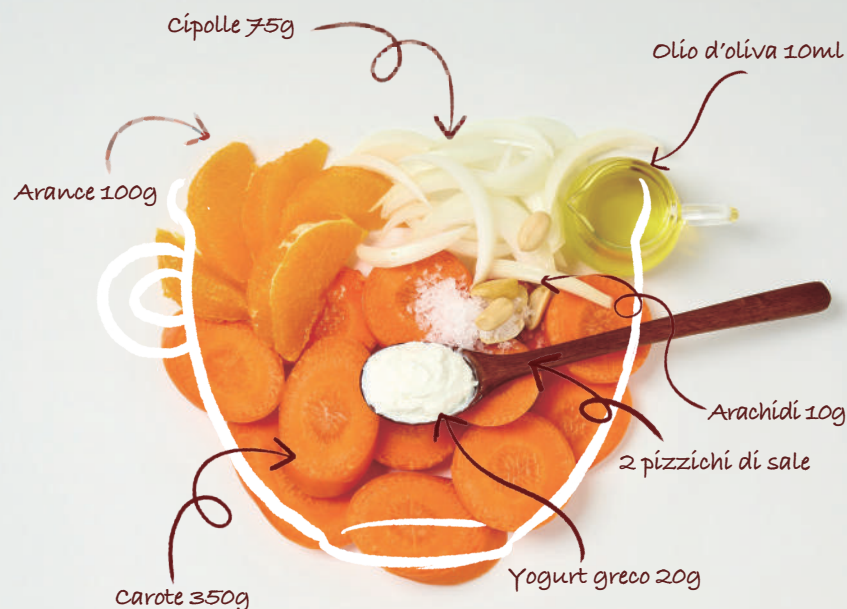
1. Lavare e pelare le patate.
2. Tagliarle a pezzi per la tramoggia e spremerle.
3. Lasciar riposare il succo delle patate spremuto per circa 5 minuti, finché l'amido non si sarà depositato.
4. Mettete l'amido preparato, il sale e il pepe nella purea di patate e mescolate.
5. Versate olio da cucina in una padella calda e cuocere la purea finché non diventa dorata.
6. Cospargete con il prezzemolo preparato per dare maggiore consistenza.

※ Usare il pressino come misurino.



Zuppa vellutata di arancia e carota

Hurom non consente solo di preparare succhi, ma anche vari piatti!



Preparazione degli ingredienti

- 1 Arance _100g
- 2 Cipolle _75g
- 3 Carote _350g
- 4 Olio d'oliva _10ml
- 5 Yogurt greco _20g
- 6 Arachidi _10g
- 7 2 pizzichi di sale



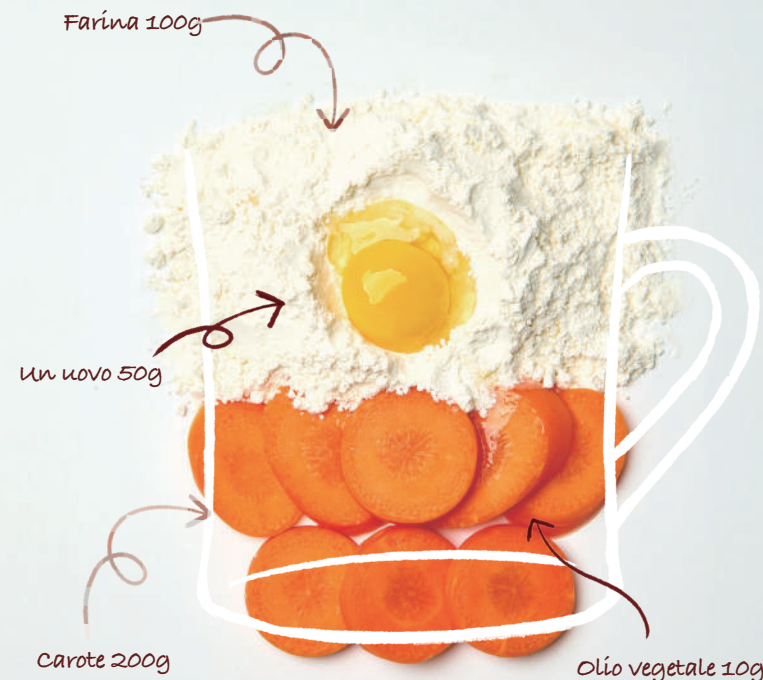
Ricetta

1. Lavare accuratamente gli ingredienti.
2. Sbucciare le arance e le cipolle.
3. Tagliarli a pezzi di dimensioni adeguate.
4. Introdurre i pezzi tagliati nella tramoggia.
5. Mescolare la purea con il succo spremuto e far bollire, abbassare la fiamma e mescolare fino a ottenere una consistenza cremosa, simile a una zuppa.
6. Quando la purea diventa cremosa, aggiungere le arachidi preparate, lo yogurt greco e l'olio d'oliva per completare.
7. Aggiungere sale a piacere.

※ Usare il pressino come misurino.

Biscotti alla carota Pet-mily

Cucinare pasti salutari e deliziosi per la famiglia!



Preparazione degli ingredienti

- 1 Carote _ 200g
- 2 Farina _ 100g
- 3 Un uovo _ 50g
- 4 Olio vegetale _ 10g
(ad esempio, olio d'oliva/olio di cocco)

Dose giornaliera consigliata (Per 10 pezzi:)	
Peso dell'animale	Usage
Meno di 3 kg	1~2
Da 3 a 5 kg	2~3
Da 5 a 10 kg	3~5



Ricetta

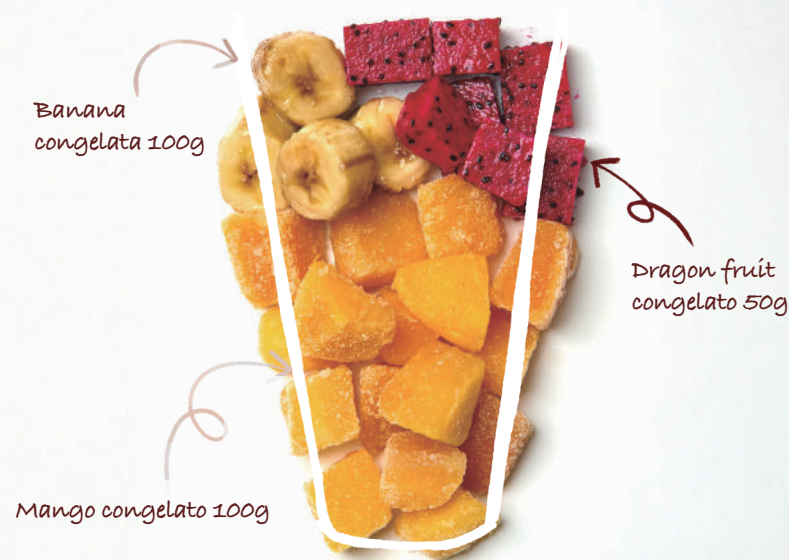
1. Lavare le carote e tagliarle a pezzi per introdurre nella tramoggia.
2. Introdurre i pezzi nella tramoggia per spremerli.
3. Mescolare la purea di carote con farina di riso e un uovo. Quindi, aggiungere 30 ml di succo di carota e 10 g di olio d'oliva per impastare.
4. Coprire bene l'impasto e lasciarlo riposare in frigorifero per circa 30 minuti.
5. Dare la forma desiderata e cuocere in forno a 180 °C per circa 20 minuti.

※ Usare il pressino come misurino.

SUGGERIMENTO : Vegetable oil is used to prevent cookies from clumping and make the smooth texture but they can be skipped according to your preference

Sorbetto tropical sunshine

Hurom non consente solo di preparare succhi, ma anche vari piatti!



Preparazione degli ingredienti

- 1 Mango congelato _ 100g
- 2 Banana congelata _ 100g
- 3 Dragon fruit congelato _ 50g

Ricetta

1. Inserire la retina per il gelato, non quella in acciaio inox, all'interno del cestello.
2. Chiudere il tappo del succo e rimuovere il filtro "fit and clean" inserito nell'uscita per la purea.
3. Porre una ciotola sotto l'uscita e spremere gli ingredienti preparati versando lentamente in piccole quantità nella tramoggia.
4. Gustare il sorbetto cotto intanto è fresco.

SUGGERIMENTO : Se si desidera un tocco di frutta secca, aggiungere 20 g di cocco a pezzetti.



Burro d'arachidi cremoso

Hurom non consente solo di preparare succhi, ma anche vari piatti!



Preparazione degli ingredienti

- 1 Arachidi sbucciate e tostate _300g
- 2 Noci pecan tostate _100g

※ Se si utilizzano ingredienti caldi o tiepidi si potrebbe danneggiare la retina per gelato, quindi lasciarli raffreddare prima della cottura.

Ricetta

1. Inserire la retina per il gelato, non quella in acciaio inox, all'interno del cestello.
2. Mettere un cucchiaino di arachidi e noci pecan preparate nell'ingresso per la frutta secca della tramoggia.
3. Chiudere il tappo del succo e rimuovere il filtro "fit and clean" inserito nell'uscita per la purea.
4. Rimettere il burro di noci pecan estratto nella tramoggia e ripetere ancora una volta il procedimento.

※ Usare il pressino come misurino.

SUGGERIMENTO : Per una consistenza più liscia, aggiungere un cucchiaino di olio extravergine di oliva.



Modi speciali per gustare l'Hurom

1. Condimento per frutta e verdura

- Aggiungere quattro cucchiaini di succo di frutta e/o verdura, quattro cucchiaini di olio d'oliva e un cucchiaino di oligosaccaridi, mescolare bene e aggiungere sale a piacere.
- Gustare il condimento preparato con una ciotola di insalata fresca.



2. Ssamjang alle noci

- Aggiungere e mescolare due cucchiaini di purea di noci, due cucchiaini di doenjang (pasta di soia), mezzo cucchiaino di aglio schiacciato, due cucchiaini di olio di sesamo e un cucchiaino di miele.
- Gustare il ssamjang alle noci preparato con verdure fresche in un wrap.



3. Burro multiuso di frutta e verdura

- Mescolare tre cucchiaini di purea di frutta e verdura con 500 g di burro precedentemente portato a temperatura ambiente, avvolgere il composto in una teglia unta e riporlo in frigorifero.
- Spalmare il burro ottenuto sul pane o gustarlo con una bistecca.



4. Confettura di frutta e verdura

- Mescolare 600 g di succo di frutta o verdura, 300 g di zucchero e un cucchiaino di succo di limone, quindi mescolare fino a far bollire il composto a fuoco medio-basso.
- Se una goccia di confettura calda mantiene la sua forma immergendola in acqua fredda, la confettura è pronta.



5. Maschera viso all'arancia in fogli

- Mescolare bene la purea di 2 arance spremute, 2 cucchiaini di succo d'arancia, 85 g di yogurt bianco e 1 cucchiaino di farina.
- Lavare il viso, applicare una maschera viso in fogli, applicare il composto all'arancia e lasciar riposare per circa 15-20 minuti prima di sciacquare il viso con acqua.



6. Bruma di cetriolo

- Mescolare 30 ml di succo di cetriolo filtrato con una garza con 70 ml di acqua purificata.
- Raffreddare e consumare immediatamente.







www.globalhurom.com

MADE IN KOREA

Copyright© All Rights Reserved by HUROM