OiG
BRANDS FOR LIFE

הוראות הפעלה
וספר מתכונים

לקוחות יקרים

אנו מודים לכם על רכישת מוצר זה.

אנו ממליצים לכם לקרוא בעיון את הוראות ההפעלה שבחוברת זו כדי שתוכלו להפיק את מרב התועלת מהמכשיר. אנא הקפידו במיוחד לקרוא את הוראות הבטיחות לשמירת בטחונכם וכדי שתוכלו ליהנות מהמכשיר לאורך זמן.

אנא שימרו על חוברת זו לשימוש עתידי.

לשרותכם

חברת או.אי.ג'י. שיווק והפצה בע"מ, הגן 8, מרכז עינב, מודיעין

טלפון: 089327050, פקס:089327049 , מייל: info@oig.co.il

מידע שימושי נוסף תוכלו למצוא באתר החברה: www.oig.co.il

VEGGIE BULLET®

פינוי

מכשיר זה בנוי מחומרים הניתנים לשימוש חוזר. הסימן המוטבע על המוצר או על המסמכים הנלווים מציין, בהתאם לתקנות האיחוד האירופי EC/2002/96 לסילוק ופינוי ציוד חשמלי ואלקטרוני משומש (WEEE), שאין להתייחס למוצר כאל אשפה ביתית רגילה, אלא יש לפנותו למרכז איסוף המתאים למחזור ציוד חשמלי ואלקטרוני. למידע נוסף, התקשרו לרשות המקומית במקום מגוריכם או למשרד להגנת הסביבה. לפני השלכת המכשיר, חתכו את כבל החשמל כך שלא ניתן יהיה לחבר אותו לרשת החשמל.

תוכן העניינים

הוראות בטיחות 5
תחזוקה וניקיון 9
מה כלול 11
ערכת החיתוך והגירוד 14
ערכת החיתוך הספירלי 18
אופן השימוש במכשיר 21
מתכוני יסוד 26
ירקות 27
ניקוי ירקות שורש 27
אורז כרובית 28
אטריות בטטה 29
אטריות קישוא 30
אטריות גזר 31
כרוב מגורד 32
קייל מגורד 33
מַנְגוֹלְד מגורד 36
סלק פרוס 37
קטניות ודגנים 38
שעועית מבושלת 38
קינואה מבושלת 39
חלבונים 40
הודו מתובל 40
חזה עוף אפוי 41
סלמון צלוי 42
הודו אפוי 43
טופו 43
מתכונים מתקדמים 44
סלטים מזינים 45
סלט גזר תאילנדי 45
סלט צבעוני 46
"סירות" אבוקדו 47
סלט קייל משודרג 48
סלט מוצרלה ועגבניות 49
תוספות ומתאבנים 50
סלט כרוב קלאסי 50
סלט כרוב ניצנים 51
סלט סלק 52
כרוב מטוגן 53
דגנים ומאפים 54
פלפל ממולא בקינואה 54

תוכן העניינים

טאבולה קינואה 55
קדרת ירקות 56
מתאבני חלבון 58
"סירות" חסה 58
טוסט VEGGIE 59
קערות הגשה 60
בטטה ועוד 60
קערה כפרית 61
"אטריות" מסולסלות 62
גבעולי ברוקולי 62
אטריות דלעת 63
בולונז קישוא 64
אטריות דלורית 65
אטריות סלק 66
קארי עוף 67
"אורז" קצת אחר 68
"אורז" כרובית 68
"קוסקוס" כרובית 69
לארוחת הבוקר 70
עוגת גזר 70
בטטה וקייל 71
חביתת VEGGIE 72
סמוזי אוכמניות 73
מרקים מזינים 74
מרק גזר וג'ינג'ר 74
מרק אספרגוס 75
קינוחים מתוקים 76
סמוזי שוקולד מנטה 76
פודינג מנגו קוקוס 77
רטבים מקוריים 78
וינגרט שומשום 78
רוטב טחינה 79
רוטב בוטנים תאילנדי 80
רוטב כפרי 81
רוטב חרדל 82
רוטב צ'יפוטל 83
רוטב שמיר קשיו 84
רוטב עגבניות פיקנטי 85
פסטו ראש גזר 86

הוראות בטיחות

כללי

- ⚠ יש לקרוא את כל הוראות הבטיחות לפני הפעלת המכשיר ולשמור עליהן לשימוש עתידי. היצרן ו/או היבואן לא יהיו אחראים לכל נזק שייגרם כתוצאה משימוש במכשיר שלא בהתאם להוראות.
- ⚠ המכשיר מיועד לשימוש ביתי בלבד. השתמשו בו אך ורק למטרתו המקורית כמפורט בחוברת זו. אין לבצע בו התאמות לשימוש אחר.
- ⚠ מכשיר זה אינו מיועד לשימוש על ידי אנשים (כולל ילדים מגיל 8 ומעלה) שהם מוגבלים גופנית או נפשית או חסרי ניסיון או ידע מתאים, אלא תחת פיקוח ולאחר שהם מבינים את הסכנות הכרוכות בכך. אין לאפשר לילדים לשחק במכשיר ויש להשגיח עליו היטב כאשר הוא מופעל בקרבת ילדים מתחת לגיל 8.
- ⚠ אין להפעיל לפני שוידאתם שכל החלקים מורכבים נכון במקומם - סכנת פציעה, שריפה או התחשמלות!
- ⚠ אין להשתמש באביזרים נלווים שלא הומלצו לשימוש ע"י היצרן - סכנת פציעה, שריפה או התחשמלות!
- ⚠ אין לפתוח או לפרק את המכשיר מעבר למפורט בהוראות ההפעלה לצורך תפעול או ניקוי.
- ⚠ אין להשתמש במכשיר במקום רטוב או חם מדי (בקרבת כיריים או תנור).
- ⚠ אין להשתמש במכשיר בקרבת חומרים דליקים, נפיצים או רעילים.
- ⚠ הקפידו להפעיל את המכשיר רק במקום מואר ומאוורר היטב. השאירו מרווח אוורור מכל צד שלו.
- ⚠ במקרה של דליפת גז, אין לחבר את המכשיר לחשמל. פתחו מיד את החלון לאיוורור.
- ⚠ אין לנסות לכבות שריפה עם מים. יש לחנוק את הלהבות באמצעות שמיכת אש או אמצעי מתאים אחר.
- ⚠ אין להפעיל את המכשיר אם הוא פועל בצורה לא תקינה (כמו פליטת ריח לא נעים, או עשן או התחממות יתר), או אם נפגע גוף המכשיר (כולל חדירת נוזלים), הכבל או התקע שלו. יש להפסיק מיד את השימוש בו ולהביאו לתחנת שרות מוסמכת, לבדיקה, תיקון או התאמה.

הוראות בטיחות

חשמל

- ⚠ וודאו שמתח החשמל המגיע לשקע שבקיר הוא 50Hz 230V עם הארקה תקנית ונתיך הגנה. השקע צריך לתמוך בהספק החשמל המקסימלי של מכשיר זה. אם התקע אינו מתאים לשקע החשמל, יש לבצע את ההתאמות הנדרשות ע"י חשמלאי מוסמך. אין להשתמש במפצל חשמל ובכבל הארכה.
- ⚠ יש לאפשר גישה נוחה לחיבור וניתוק פתיל הזינה (כבל החשמל) של המכשיר מרשת החשמל. אין לחבר או לנתק את המכשיר משקע חשמל בידיים רטובות או עם רגליים יחפות. הקפידו על ניתוקו במשיכת תקע החשמל עצמו ולא במשיכת הכבל. בהעדר גישה נוחה, חובה להשתמש בהתקן ניתוק (מפסק) ייעודי שישמר במצב תפעולי מוכן לשימוש.
- ⚠ יש להתקין את פתיל הזינה (כבל החשמל) באופן שלא יהווה מכשול בדרך. אסור לכופף אותו בזווית חדה, או למתוח אותו! יש למקם אותו כך שלא ייחשף לטמפרטורה גבוהה מדי או לרטיבות.
- ⚠ זהירות! סכנת התחשמלות בעת מגע כבל או כל חלק חשמלי אחר במקור חום, במים או בנוזל אחר. אם המכשיר נפל לתוך מים או אם ניתזו עליו נוזלים, נתקו אותו מיידית משקע החשמל מבלי לגעת במים.
- ⚠ אם פתיל הזינה (כבל החשמל) ניזוק, יש להחליפו על ידי היצרן, סוכן השירות שלו או אדם מוסמך אחר, כדי למנוע סכנת שריפה או התחשמלות.
- ⚠ אין לטלטל את המכשיר ממקום למקום כאשר הוא מחובר לחשמל.
- ⚠ אין להשאיר את המכשיר ללא השגחה בזמן שהוא נמצא בשימוש. המכשיר אינו מיועד להיות מופעל באמצעות קוצב זמן ("טיימר") חיצוני או מערכת שליטה מרחוק נפרדת.
- ⚠ יש לכבות את המכשיר ולנתק את אספקת החשמל אליו אם הוא נשאר ללא השגחה וכן לפני הרכבת או פרוק אביזר כלשהו ולפני ניקוי.
- ⚠ יש לכבות את המכשיר ולנתקו מהחשמל מיד לאחר השימוש.

הוראות בטיחות

מעבד מזון

- ⚠ אין לטבול את גוף המכשיר במים.
- ⚠ **להבים חדים! הרכיבו ופרקו אותם בזהירות מבלי לגעת בהם ישירות. יש להזהר שלא להיפצע מהם במהלך השימוש, ריקון המכל ובעת ניקוי המכשיר.**
- ⚠ יש להקפיד לבדוק את תקינות הלהבים לפני השימוש.
- ⚠ חלקים נעים! אין לדחוף פנימה אצבעות או עצמים תוך כדי פעולה. אין להשתמש בכלי כלשהו להוצאת דבר מזון ש"נתקע" יש להרחיק שיער ושולי בגד העלולים להילכד במכשיר. ניתן להשתמש במגרד אך ורק כאשר המכשיר כבוי ומנותק מהחשמל.
- ⚠ יש לכבות את המכשיר ולנתק את אספקת החשמל לפני התקרבות לחלקים הנעים שבשימוש.
- ⚠ אין להפעיל את המכשיר ללא הפסקה. הניחו למנוע להתקרר לפני המשך הפעלה. לאחר כל דקת הפעלה המכשיר יפסיק אוטומטית את פעולתו ומומלץ להמתין לפחות 30 שניות לפני הפעלה מחדש לאחר הכיבוי האוטומטי.
- ⚠ במקרה של התחממות המנוע עקב עומס יתר, המכשיר יושבת אוטומטית. יש לנתקו מהחשמל ולאפשר למנוע להתקרר במשך 30 עד 60 דקות.
- ⚠ השתמשו במכשיר רק כאשר הוא עומד בצורה יציבה ובטוחה כך שלא יופל בטעות.
- ⚠ יש להזהר בעת העברת המכשיר ממקום למקום: מדובר במכשיר כבד שהאביזרים המחוברים אליו עלולים להפוך אותו לפחות יציב והוא עלול ליפול. כמו כן יש לוודא שהאביזרים מחוברים אליו בצורה בטוחה כך שלא יתנתקו ממנו ויפלו.
- ⚠ אין להפעיל במצב ריק.
- ⚠ יש להכניס את מרכיבי המזון פנימה רק באמצעות דוחסן ייעודי מתאים. אין לדחוף מרכיבי מזון לתוך מכשיר פועל באמצעות האצבעות!

הוראות בטיחות

⚠ יש להשתמש בדוחסן הפנימי רק כאשר הדוחסן החיצוני "יושב" כבר בתוך פתח ההזנה.

⚠ כדי שמרכיבי המזון לא "יתקעו" בפתח ההזנה, יש להקפיד על חיתוך מקדים שלהם לקוטר הקטן מ-5 ס"מ בעת שימוש בדוחסן הגדול או 2.5 ס"מ בעת שימוש בדוחסן הפנימי בלבד.

⚠ **יש להזהר שלא להכניס מזון חם מדי - המכל אינו עמיד בפני חום.**

⚠ יש להזהר שלא להכניס מזון שקפא לגוש מוצק בגודל שיקשה על הלהבים לפורר אותו.

⚠ יש לרוקן את המכל לעיתים קרובות, כך שהמצרכים לא יפריעו לפעולת הלהבים.

⚠ אין לפרק את המכל מגוף המכשיר עד לעצירה מוחלטת.

⚠ אין לעבד תבלינים קשים שעלולים להזיק ללהב ולחלקי הפלסטיק.

⚠ אין להפעיל ללא המכסה ויש לוודא שהוא נעול במקומו לפי ההוראות.

⚠ **אין להרכיב את יחידת הלהבים על בסיס המכשיר ללא המכל.**

תחזוקה וניקיון

⚠ יש להקפיד תמיד לנתק את המכשיר מהחשמל לפני ניקוי, הרכבה או פירוק.

⚠ אין לטבול את גוף המכשיר במים, מכל סיבה שהיא, שכן הדבר עלול לגרום נזק למנוע. ניתן להשתמש במטלית לחה לניקוי חיצוני של גוף המכשיר (בית המנוע).

⚠ הדיסקות כוללות להבים חדים! הרכיבו ופרקו אותן בזהירות מבלי לגעת בהן ישירות. יש להזהר שלא להיפצע מהן במהלך השימוש, ריקון המכל ובעת ניקוי המכשיר.

⚠ אין להשרות את חלקי המכשיר המותרים בשטיפה, במים חמים מאוד, שכן הדבר עלול לפגוע בהם.

- יש לשטוף את חלקי המכשיר מיד לאחר השימוש כדי למנוע מהלכלוך להתייבש וכדי למנוע היווצרות של כתמים קבועים שעלולים להיווצר מירקות כגון סלק או כורכום.
- יש לשטוף את חלקי המכשיר המותרים בשטיפה במים שאינם חמים מדי עם סבון כלים. ניתן להעזר במברשת ניקוי רכה להסרת הלכלוך.
- יש ליבש מיד כדי למנוע כתמי מים.
- ניתן להכניס את את חלקי המכשיר המותרים בשטיפה למדיח כלים על הסלסלה העליונה שלו ובלבד שתוכנית ההדחה לא תכלול שימוש בחום גבוה מדי העלול לגרום נזק לחלקים.

יש לשמור על הוראות אלה לשימוש עתידי

מכשיר זה נועד לשימוש ביתי בלבד

כשבריאות נפגשת עם נוחות

אין זה סוד שרובנו היינו רוצים לאכול בריא. אבל אילוצי לוחות זמנים וזמן מוגבל, מקשים עלינו להקדיש את הזמן הדרוש להכנת ארוחה בריאה ומאוזנת מבחינה תזונתית. כל אותן המלאכות המייגעות של חיתוך המזון וכו' צורכות זמן יקר שבדרך כלל אינו עומד לרשותינו.

פה נכנס לתמונה מכשיר הפלא Veggie Bullet המגיע עם הגדרות מוכנות לכל סוגי החיתוך הנדרשים. בעזרתו נוכל לעבד כמות עצומה של ירקות, פירות, בשר מבושל, ועוד בשניות מועטות.

מגוון האפשרויות שהוא מציע מאפשר לנו להכין סוגים רבים של מאכלים בריאים ומזינים המוגשים לשולחן בצורה אסתטית ומעוררת תאבון. פשוט תופתעו מהקלות בה מרכיבי מזון לא מעובדים ששוכבים במקרר, יכולים להפוך למאכלי גורמה ממש כמו במסעדה. הודות לו כבר אין דבר שיעמוד ביניכם לבין ארוחה בריאה ומזינה תוצרת בית.

יתרון נוסף של מכשיר הפלא Veggie Bullet הוא שמגוון אפשרויות עיבוד המזון שהוא מציע, חוסך לכם את המקום במטבח שתופסים כל אותם מכשירים ייעודיים שכל אחד מהם מבצע רק חלק קטן מהפעולות שיכול לבצע Veggie Bullet.

גם לכם מגיע ליהנות ממזון בריא בכל ארוחה מבלי לטרוח יותר מדי!

מה כלול

גוף המכשיר

בין אם יעשה שימוש בערכת החיתוך והגירוד ובין אם בערכת החיתוך הספירלי, גוף ה-Veggie Bullet מבטיח ביצועי על בכל פעולה. גודלו הקומפקטי וקווי המתאר הזורמים שלו הופכים אותו לאלמנט עיצובי המפאר כל מטבח.

דוחסנים

שני הדוחסנים המסופקים מיועדים לדחיפת המזון פנימה דרך פתח ההזנה הן של ערכת החיתוך והגירוד והן של ערכת החיתוך הספירלי, תוך שהם מאפשרים גמישות רבה יותר לטובת תוצאות אחידות יותר.

דוחסן חיצוני (A)

הדוחסן החיצוני מתאים למלוא פתח ההזנה הן של ערכת החיתוך והגירוד והן של ערכת החיתוך הספירלי. הדוחסן הפנימי נכנס לתוך החיצוני וניתן להוציא אותו לפי הצורך. להזנת פריטים גדולים כגון מלפפונים, נתחי סלק, חתיכות בשר ותפוחי אדמה, יש להשתמש בדוחסן החיצוני יחד עם הפנימי.

דוחסן פנימי (B)

כאשר הדוחסן החיצוני יושב בתוך פתח ההזנה, ניתן להוציא מתוכו את הפנימי ליצירת פתח הזנה צר יותר המתאים להזנת פריטים דקים כמו גזר וסלרי.

זהירות! יש להשתמש בדוחסן הפנימי רק כאשר הדוחסן החיצוני "יושב" כבר בתוך פתח ההזנה.

מה כלול

ערכת חיתוך וגירוד

מכל החיתוך והגירוד (1A)

חלק זה מבצע את הפריסה והגירוד של מרכיבי המזון ואחר כך פולט אותם החוצה.

דיסקת בסיס (1B)

דיסקת הבסיס מסתובבת במהירות וביעילות כדי לפלוט את המזון הפרוס או המגורד החוצה.

דיסקת פריסה/גירוד (1C)

דיסקה דו צדדית זו מאפשרת 2 סוגי פעולות על פי בחירה: פריסה או גירוד של מרכיבי המזון.

מכסה המכל (1D)

מכסה השומר על פעולה בטיחותית ונקיה. המכסה כולל את פיית הזנת מרכיבי המזון.

מה כלול

ערכת חיתוך ספירלי

מכל החיתוך הספירלי (2A)

חלק זה הוא בסיס הערכה שעליו מורכבים שאר החלקים.

סל חיתוך (2B)

סל זה קולט לתוכו את האטריות המעוצבות.

דסקת חיתוך ספירלי (2C)

דסקת חיתוך בעלת להבים המעצבים אטריות מסולסלות ממרכיבי מזון בריאים.

מכסה המכל (2D)

מכסה בעזרתו מוזנים מרכיבי המזון מהם מיוצרות האטריות המסולסלות בצורה בטיחותית ונקיה.

ערכת החיתוך והגירוד

⚠ יש לוודא שהמכשיר כבוי ונורית החיווי דולקת באדום לפני כל פעולת הרכבה או פירוק. המכסה היעודי שלו הוא זה הכולל את פתח ההזנה בצד ויש להשתמש רק בו ולא בכל תחליף אחר.

שלב 1

הרכיבו את מכל החיתוך והגירוד (1A) על גבי גוף המכשיר באופן שהחץ על המכל יחפוף לסימן 🔓 שעל גוף המכשיר ואז סובבו בכיוון השעון עד לנעילה 🔒.

לפתיחה, סובבו בכיוון ההפוך והרימו.

שלב 2

הרכיבו את דיסקת הבסיס השחורה (1B) על גבי הציר שבתוך מכל החיתוך והגירוד (1A). וודאו שהדיסקה "יושבת טוב" במקומה באופן שהיא מאוזנת וממורכזת.

ערכת החיתוך והגירוד

שלב 3

תוך שאתם אוחזים בזהירות במקומות המיועדים לאחיזת האצבעות, הניחו את דיסקת פריסה/גירוד (1C) על גבי דיסקת הבסיס השחורה (1B) באופן שהציר יעבור גם דרכה. וודאו שהדיסקה "יושבת טוב" במקומה באופן שהיא מאוזנת וממורכזת.

A. עבור גירוד הניחו את הדיסקה באופן שהצד המסומן "SHRED", פונה כלפי מעלה.

B. עבור פריסה הניחו את הדיסקה באופן שהצד המסומן "SLICE", פונה כלפי מעלה.

⚠ להבי דיסקת פריסה/גירוד (1C) חדים מאד, הרכיבו ופרקו אותה בזהירות מבלי לגעת בהם ישירות. יש להזהר שלא להיפצע מהם במהלך השימוש, ריקון המכל ובעת ניקוי המכשיר.

ערכת החיתוך והגירוד

שלב 4

הדקו את מכסה המכל (1D) לגב מכל החיתוך והגירוד (1A) בלחיצה על ראש הציר הטלסקופי שעל גב המכל תוך שאתם מחזיקים את מכסה המכל בזווית בת 90 מעלות.

חברו את ציר המתכת שעל המכסה עם הציר שבגב המכל ולאחר מכן הרפו מהציר וסיגרו את מכסה המכל מעל דיסקת הפריסה/גירוד (1C).

⚠ יש לוודא שהמכסה נעול היטב במקומו ושהציר לא נדחף פנימה.

ערכת החיתוך והגירוד

שלב 5

כדי לסגור את מכסה מכל החיתוך והגירוד, (1D), יש להדק את קליפס הבטיחות על המכסה וללחוץ מטה כדי להדק אותו. נורית חיווי הפעולה תדלק **באדום** לאחר שכל החלקים יהיו מורכבים במקומם.

לחצו על כפתור ההדלקה כדי להפעיל את המכשיר. נורית חיווי הפעולה תשנה את צבעה **לירוק** והמנוע יחל בפעולתו. אם הדבר לא קורה, יש לפרק ולהרכיב את המכשיר מחדש.

כדי לשחרר את הנעילה ולפתוח את מכסה מכל החיתוך והגירוד (1D), יש לכבות תחילה את המכשיר בלחיצה על כפתור ההדלקה. נורית חיווי הפעולה תשנה את צבעה ל**אדום.** לאחר מכן יש לשחרר את קליפס הבטיחות הסוגר על המכסה, באמצעות משיכתו החוצה. בשלב זה ניתן להרים את המכסה כדי לפתוח את המכל.

⚠ יש לנתק מהחשמל כאשר המכשיר אינו בשימוש!

ערכת החיתוך הספירלי

⚠ יש לוודא שהמכשיר כבוי ונורית החיווי דולקת באדום לפני כל פעולת הרכבה או פירוק. המכסה היעודי שלו הוא זה הכולל את פתח ההזנה באמצע ויש להשתמש רק בו ולא בכל תחליף אחר.

שלב 1

הרכיבו את מכל החיתוך הספירלי (2A) על גבי גוף המכשיר באופן שהחץ על המכל יחפוף לסימן 🔓 שעל גוף המכשיר ואז סובבו בכיוון השעון עד לנעילה 🔒.

לפתיחה, סובבו בכיוון ההפוך והרימו.

ערכת החיתוך הספירלי

שלב 2

הרכיבו את סל החיתוך (2B) על גבי הציר שבתוך מכל החיתוך הספירלי (2A). וודאו שהסל "יושב טוב" במקומו באופן שהוא מאוזן וממורכז.

שלב 3

תוך שאתם אוחזים בזהירות במקומות המיועדים לאחיזת האצבעות, הניחו את דסקת החיתוך הספירלי (2C) בתוך סל החיתוך (2B) באופן שהציר יעבור גם דרכה. וודאו שהדיסקה "יושבת טוב" במקומה באופן שהיא מאוזנת וממורכזת.

⚠ להבי הדיסקה (2C) חדים מאד, הרכיבו ופרקו אותה בזהירות מבלי לגעת בהם ישירות. יש להזהר שלא להיפצע מהם במהלך השימוש, ריקון המכל ובעת ניקוי המכשיר.

שלב 4

הדקו את מכסה המכל (2D) לגב מכל החיתוך הספירלי (2A) בלחיצה על ראש הציר הטלסקופי שעל גב המכל תוך שאתם מחזיקים את מכסה המכל בזווית בת 90 מעלות.

חברו את ציר המתכת שעל המכסה עם הציר שבגב המכל ולאחר מכן הרפו מהציר וסיגרו את מכסה המכל מעל דיסקת החיתוך הספירלי (2C).

ערכת החיתוך הספירלי

⚠ יש לוודא שהמכסה נעול היטב במקומו ושהציר לא נדחף פנימה.

שלב 5

כדי לסגור את מכסה מכל החיתוך הספירלי, (2D), יש להדק את קליפס הבטיחות על המכסה וללחוץ מטה כדי להדק אותו. נורית חיווי הפעולה תדלק **באדום** לאחר שכל החלקים יהיו מורכבים במקומם.

לחצו על כפתור ההדלקה כדי להפעיל את המכשיר. נורית חיווי הפעולה תשנה את צבעה **לירוק** והמנוע יחל בפעולתו. אם הדבר לא קורה, יש לפרק ולהרכיב את המכשיר מחדש.

כדי לשחרר את הנעילה ולפתוח את מכסה מכל החיתוך הספירלי, (2D), יש לכבות תחילה את המכשיר בלחיצה על כפתור ההדלקה. נורית חיווי הפעולה תשנה את צבעה ל**אדום.** לאחר מכן יש לשחרר את קליפס הבטיחות הסוגר על המכסה, באמצעות משיכתו החוצה. בשלב זה ניתן להרים את המכסה כדי לפתוח את המכל.

⚠ יש לנתק מהחשמל כאשר המכשיר אינו בשימוש!

אופן השימוש במכשיר

מכשיר Bullet Veggie בנוי לבצע שלוש פעולות עיקריות: פריסה, גירוד וחיתוך ספירלי. פעולות הפריסה והגירוד מבוצעות באמצעות ערכת החיתוך והגירוד (1) בעוד פעולת החיתוך הספירלי מבוצעת באמצעות ערכת החיתוך הספירלי (2).

אופן השימוש במכשיר

פעולת גירוד

1. יש לוודא שהמכשיר כבוי ושהחלקים מורכבים בצורה נכונה כמתואר בסעיף: "הרכבת ערכת החיתוך והגירוד".
2. יש לוודא שמרכיבי המזון נקיים ומוכנים לצריכה. במקרה של גירוד בשר, צריך לבדוק שהוא מבושל לחלוטין, כדי למנוע את התפשטות של פתוגנים מזיקים. במקרים אחרים צריך לבדוק שאין שאריות קליפה או גלעינים.
3. יש לוודא שמרכיבי המזון חתוכים לגודל מתאים לפתח ההזנה. פירות וירקות גדולים, כמו למשל כרובית, תפוח אדמה, תפוח, או סלק יש לחתוך מראש לחצאים, רבעים או שמיניות כדי שיחליקו בקלות פנימה דרך פתח ההזנה.
4. יש להניח קערה גדולה תחת פתח הפליטה של ערכת החיתוך והגירוד, לקליטת המזון המגורד.
5. לאחר מכן, כל שצריך הוא להפעיל את המכשיר ולהזין פנימה את מרכיבי המזון באמצעות הדוחסן. פריטי מזון דקים כמו גבעולי סלרי, אספרגוס, וכו', מומלץ להזין פנימה באמצעות הדוחסן הפנימי כמפורט בסעיף: "מה כלול" - "דוחסנים".
6. בגמר הפעולה יש לכבות את המכשיר ולהמתין עד שהלהב יפסיק לחלוטין להסתובב לפני פתיחת המכסה.

מתאים לגירוד: גזר • כרובית • סלק • קישוא ירוק • קישוא צהוב • ברוקולי • כרוב • בצל • תפוח אדמה (רגיל או מתוק) • גבינה • טופו • נבטים • תפוח • מנגו • סטייק • ביצה קשה • עוף מבושל

אופן השימוש במכשיר

פעולת פריסה

1. יש לוודא שהמכשיר כבוי ושהחלקים מורכבים בצורה נכונה כמתואר בסעיף: "הרכבת ערכת החיתוך והגירוד".
2. יש לוודא שמרכיבי המזון נקיים ומוכנים לצריכה. במקרה של גירוד בשר, צריך לבדוק שהוא מבושל לחלוטין, כדי למנוע את התפשטות של פתוגנים מזיקים. במקרים אחרים צריך לבדוק שאין שאריות קליפה או גלעינים.
3. יש לוודא שמרכיבי המזון חתוכים לגודל מתאים לפתח ההזנה. פירות וירקות גדולים, כמו למשל כרובית, תפוח אדמה, תפוח, או סלק יש לחתוך מראש לחצאים, רבעים או שמיניות כדי שיחליקו בקלות פנימה דרך פתח ההזנה.
4. יש להניח קערה גדולה תחת פתח הפליטה של ערכת החיתוך והגירוד, לקליטת המזון המגורד.
5. לאחר מכן, כל שצריך הוא להפעיל את המכשיר ולהזין פנימה את מרכיבי המזון באמצעות הדוחסן. פריטי מזון דקים כמו גבעולי סלרי, אספרגוס, וכו', מומלץ להזין פנימה באמצעות הדוחסן הפנימי כמפורט בסעיף: "מה כלול" - "דוחסנים".
6. בגמר הפעולה יש לכבות את המכשיר ולהמתין עד שהלהב יפסיק לחלוטין להסתובב לפני פתיחת המכסה.

מתאים לפריסת: גזר • צנון • סלק • קישוא ירוק • קישוא צהוב • כרוב • חסה • ירקות עליים • בצל • מלפפון • ברוקולי • שאלוט • שום • תפוח אדמה (רגיל, מתוק) • סלרי • עגבניות • פלפל אדום • לימון • תפוז • גבינה קשה • תפוח • מנגו • קיווי • אגס • אננס • תות שדה • אגוזים (שקדים, קשיו, בוטנים) • נבטי • סטייק • בשר הודו • עוף מבושל

אופן השימוש במכשיר

פעולת חיתוך ספירלי

1. יש לוודא שהמכשיר כבוי ושהחלקים מורכבים בצורה נכונה כמתואר בסעיף: "הרכבת ערכת החיתוך הספירלי".
2. יש לוודא שמרכיבי המזון נקיים ומוכנים לצריכה, נקיים משאריות קליפה או גלעינים.
3. יש לוודא שמרכיבי המזון חתוכים לגודל מתאים לפתח ההזנה. פירות וירקות גדולים, כמו למשל כרובית, תפוח אדמה, תפוח, או סלק יש לחתוך מראש לחצאים, רבעים או שמיניות כדי שיחליקו בקלות פנימה דרך פתח ההזנה. **לחיתוך ספירלי מוצלח יש לדחוף פנימה את חתיכות המזון אחת אחת ללא הפעלת לחץ מעבר למינימום הדרוש וללא הערמת חתיכות אחת על גבי השניה.** לביצועים אופטימליים יש להכין מראש חתיכות מלבניות בגודל אחיד.
4. יש להפעיל את המכשיר ולהזין פנימה את מרכיבי המזון באמצעות הדוחסן. פריטי מזון דקים כמו גבעולי סלרי, אספרגוס, וכו', מומלץ להזין פנימה באמצעות הדוחסן הפנימי כמפורט בסעיף: "מה כלול" - "דוחסנים".
5. בגמר הפעולה יש לכבות את המכשיר ולהמתין עד שהלהב יפסיק לחלוטין להסתובב לפני פתיחת המכסה.

מתאים לחיתוך: קישוא ירוק • תפוח אדמה (רגיל, מתוק) • גזר • ברוקולי (גזע) • מלפפון • קולורבי

VEGGIE BULLET® COOKBOOK | HEALTHY • CONVENIENT • DELICIOUS

מתכונים

1. מתכוני יסוד

לפני שצוללים לתוך עולם האפשרויות של Veggie Bullet, כדאי לעצור וללמוד כמה כללי אצבע. המכשיר אמנם תוכנן לביצוע פעולות גירוד, פריסה וחיתוך ספירלי אך הוא גם יבצע בהצלחה פעולות הכנה נוספות של מרכיבי מזון לצורך הכנת ארוחות חלקיות או מלאות באופן יומיומי.

כדי לזרז את הכנת הארוחה במהלך יום עמוס במיוחד, כדאי להתכונן לכך ולפנות שעה או שתיים ביום פחות עמוס (למשל בסוף השבוע) ולבשל כמה פריטים שיהיו מוכנים מראש. בדרך זו, גם ביום עמוס כאשר אין זמן וכוח להכין ארוחת ערב בריאה או ארוחת צהריים מזינה, יהיו זמינים מצרכים חצי מוכנים.

חלק זה של החוברת מפרט כיצד להכין מרכיבים בסיסיים שניתן ליהנות מהם בצורה ישירה או לשלב אותם במתכונים מורכבים יותר במהלך השבוע. ניתן לאחסן את כל הפריטים הבאים עד 5 ימים במקרר* או עד מספר חודשים במקפיא*.

* **הסתייגות:** הוראות האחסון במקרר ובמקפיא הכלולות בחוברת זו הינן בגדר הנחיות כלליות המבוססות על תנאי טמפרטורה ותברואה אידיאליים. ההנחיות אינן לוקחות בחשבון את ההשלכות של השינויים האפשריים בטמפרטורה ובתנאים אחרים של מקררים ומקפיאים שהם באחריותו הבלעדית של המשתמש.

ירקות

ניקוי ירקות שורש

מתכונים רבים בספר זה כוללים הנחיה לנקות את הירקות לפני הכנתם. קירצוף קליפת הירקות היא חלופה מצוינת לקילוף כי זו פעולה שצורכת פחות זמן, פיקה פחות לכלוך ופסולת, ושומרת על החומרים המזינים והמינרליים האצורים בשכבה החיצונית של ירקות השורש. לצורך ביצוע הקרצוף בטכניקה המומלצת על ידינו, נדרשים:

- חומץ לבן
- מים חמים
- קערה גדולה
- מברשת הברשה לירקות

1. ממלאים קערה גדולה עם מים חמים, מוסיפים 2 כפות חומץ לבן.
2. מכניסים פנימה את הירקות הרצויים ומשרים למשך 3-5 דקות.
3. מוציאים את הירקות מהקערה בזה אחר זה לשטיפה תחת לברז מים חמים.
4. מברישים ירק אחר ירק את כל פני השטח של הקליפה באמצעות המברשת ושוטפים כדי לנקות מכל שארית של חלקיקים או חומץ.

- כדי לחסוך זמן, מומלץ לקרצף את הירקות עוד לפני אחסונם כדי שיהיו מוכנים לשימוש מיידי.

אורז כרובית

להכנת: 4-6 מנות

מצרכים:

ראש כרובית אחד לאחר שטיפה וייבוש וגזימת עלים.

הנחיות:

מרכיבים את ערכת החיתוך והגירוד באופן שצד הדסקה המסומן "SHRED" פונה כלפי מעלה ומניחים קערה גדולה תחת פתח הפליטה. חותכים את הכרובית לחתיכות בגודל מתאים לפתח ההזנה ומניחים בתוכו כמה חתיכות. מפעילים את המכשיר ודוחפים פנימה את החתיכות באמצעות דוחסן. מוסיפים חתיכות נוספות באופן דומה.

מאורז כרובית ניתן ליהנות לאחר בישול או בלעדיו. ניתן לאחסן אותו כחומר גלם לבישול עם מרכיבים אחרים בהמשך השבוע.

חומר גלם עבור: "אורז" כרובית (עמ' 68), "קוסקוס" כרובית (עמ' 69).

אפוי: זורים על אורז הכרובית 1-2 כפות שמן זית. מחממים תנור ל-220 מעלות צלזיוס. מפזרים על תבנית עם נייר אפייה בשכבה דקה ואופים במשך 20-25 דקות עד לצבע חום בהיר, יש להפוך עם מלקחיים כל חמש דקות כדי שהמזון לא יישרף.

מטוגן: מחממים לחום בינוני-גבוה כף שמן זית, קוקוס או שמן חמניות במחבת גדולה. מוסיפים את הכרובית ומערבבים עד ריכוך 5-8 דקות.

מאודה: מוסיפים כרובית לקערה שבטוחה לשימוש במיקרוגל יחד עם כפית אחת של מים. מכסים במכסה בטוח לשימוש במיקרוגל ומחממים בחום גבוה במשך 3 דקות. כדאי לקרר במשך 2-3 דקות לפני האכילה.

אטריות בטטה

להכנת: 4-6 מנות

מצרכים:

4 תפו"א בינוניים מתוקים (בטטות) לאחר קירצוף.

הנחיות:

מרכיבים את ערכת החיתוך הספירלי. חותכים את תפו"א המתוקים לחתיכות בגודל מתאים לפתח ההזנה. מניחים כמה חתיכות בתוך פתח ההזנה ולאחר מכן מפעילים את המכשיר. דוחפים פנימה את החתיכות באמצעות דוחסן ומוסיפים חתיכות נוספות באופן דומה.

לא מומלץ לקרר בטטות לא מבושלות משום שהקירור ישנה את טעמן ומרקמן. במקום זאת, אנו ממליצים לבשל את אטריות הבטטה ממש לפני אחסון.

חומר גלם עבור: בטטה ועוד (עמ' 60).

אפוי: מחממים תנור ל-230 מעלות צלזיוס. מפזרים על תבנית עם נייר אפייה בשכבה דקה. מטפטפים מעל שמן זית או אחר ומתבלים במלח ובפלפל. אופים במשך 10-15 דקות עד לריכוך, יש להפוך עם מלקחיים כל חמש דקות כדי שהמזון לא יישרף.

מטוגן: מחממים לחום בינוני-גבוה 1-2 כפות שמן זית, קוקוס או שמן חמניות במחבת גדולה. מוסיפים את האטריות ומערבבים עד ריכוך 6-8 דקות.

.

אטריות קישוא

להכנת: 4 מנות

מצרכים:

4 קישואים בינוניים ירוקים או צהובים לאחר קטימת הקצוות.

הנחיות:

מרכיבים את ערכת החיתוך הספירלי. חותכים את הקישואים לחתיכות בגודל מתאים לפתח ההזנה. מניחים כמה חתיכות בתוך פתח ההזנה ולאחר מכן מפעילים את המכשיר. דוחפים פנימה את החתיכות באמצעות דוחסן ומוסיפים חתיכות נוספות באופן דומה.

מאטריות הקישוא ניתן ליהנות לאחר בישול או בלעדיו. ניתן לאחסן אותם כחומר גלם לבישול עם מרכיבים אחרים בהמשך השבוע.

חומר גלם עבור: בולונז קישוא (עמ' 64), אטריות דלעת (עמ' 63).

אפוי: מחממים תנור ל-200 מעלות צלזיוס. מפזרים על תבנית עם נייר אפייה בשכבה דקה. מטפטפים מעל שמן זית או אחר ומתבלים במלח ובפלפל. אופים במשך 10-15 דקות עד לריכוך, יש להפוך עם מלקחיים כל חמש דקות כדי שהמזון לא יישרף.

מטוגן: מחממים לחום בינוני-גבוה 1-2 כפות שמן זית, קוקוס או שמן חמניות במחבת גדולה. מוסיפים את האטריות ומערבבים עד ריכוך 3-5 דקות.