



PHILIPS

Soup Maker

Livre de recettes

FR Vos soupes, compotes et smoothies
préférés en toute simplicité

NL Uw favoriete soepen, compotes en
smoothies in een handomdraai

IT Le zuppe, le composte e i frullati
che preferisci facili da preparare



FR

Sommaire

	Soupes veloutées	
	Soupe de tomates classique avec pain à l'ail	9
	Soupe de poireaux	11
	Soupe de carottes au curry	13
	Soupe aux petits pois avec crostini au fromage de chèvre	15
	Soupe aux brocolis et stilton	17
	Velouté de potiron parfumé au cumin	19
	Soupe de betterave fraîche	21
	Velouté de courgettes	23
	Tarhana corbasi	25
	Soupes consistantes	
	Soupe au poulet facile	27
	Minestrone d'été au riz	29
	Soupe de haricots blancs, poireaux et épinards	31
	Soupe épicée aux épinards et lentilles rouges	33
	Soupe de tortellinis aux légumes	35
	Soupe mulligatawny	37
	Soupe de lentilles aux nouilles eriste	39
	Soupes à base de lait	
	Soupe indienne à la tomate et à la noix de coco	41
	Soupe de maïs doux au bacon	43
	Crème d'asperges vertes à la purée de noisette et parmesan	45
	Velouté « vegan » à la patate douce et lait d'amande	47
	Velouté de betterave, pomme granny et lait de brebis	49
	Velouté de champignons de paris et moutarde à l'ancienne	51
	Chocolat chaud mousseux, façon bistrot	53
	Velours « sucré/salé » de panais et poire, au yaourt grec	55
	Velouté de choufleur à la mimolette	57
	Velouté de poivrons grillés à la feta	59
	Soupes froides	
	Gaspacho	61
	Soupe froide de concombre et d'avocat	63
	Soupe froide au babeurre avec curry et piment	65
	Soupe de cerises froide	67
	Compotes	
	Compote de pommes épicée	69
	Compote de fraises et rhubarbe	71
	Compote de bananes	73
	Compote de prunes à l'eau de rose	75
	Smoothies	
	Smoothie à la banane	77
	Smoothie au caramel, café et bananes	79
	Smoothie vert de carottes et d'oranges	81
	Smoothie au babeurre et framboises	83

NL

Inhoud

	Gladde soep	
	Klassieke tomatensoep met knoflookbrood	9
	Preisoep	11
	Pittige wortelsoep	13
	Erwtensoep met geitenkaascrostini	15
	Broccoli-stiltonsoep	17
	Fluwelen pompoensoep met komijn	19
	Verse bietensoep	21
	Romige courgettesoep	23
	Tarhana corbasi	25
	Boerensoep	
	Kippensoep in een handomdraai	27
	Zomerminestrone met rijst	29
	Cannellinisoep met spinazie en prei	31
	Pittige linzensoep met spinazie	33
	Groentesoep met tortellini	35
	Mulligatawny	37
	Linzensoep met Eriste-noedels	39
	Soep op basis van melk	
	Indiase tomaten-kokossoep	41
	Maissoep met bacon	43
	Romige groeneaspergesoep met hazelnootpuree en parmezaanse kaas	45
	Veganistische soep van zoete aardappel en amandelmelk	47
	Soep van bieten, grannysmithappels en schapenmelk	49
	Romige soep van champignons en grove mosterd	51
	Schuimige warme chocolademelk	53
	'Zoete/hartige' fluweelzachte pastinaak- en perensoep met griekse yoghurt	55
	Romige bloemkoolsoep met mimolette	57
	Romige gegrildepaprikasoep met feta	59
	Koude soep	
	Gazpacho	61
	Koude komkommersoep met avocado	63
	Koude karnemelksoep met kerrie en chili	65
	Koude kersensoep	67
	Compote	
	Kruidige appelcompote	69
	Compote van rabarber en aardbeien	71
	Bananencompote	73
	Pruimencompote met rozenwater	75
	Smoothie	
	Bananensmoothie	77
	Smoothie met banaan, koffie en karamel	79
	Sinaasappelsmoothie met wortelloof	81
	Karnemelksmoothie met frambozen	83

IT

Indice

	Vellutate	
	Crema di pomodoro classica con bruschetta all'aglio	9
	Vellutata di porri	11
	Vellutata di carote al curry	13
	Crema di piselli con crostini di caprino	15
	Crema di broccoli e formaggio Stilton	17
	Crema di zucca con cumino	19
	Vellutata di barbabietola fresca	21
	Vellutata di zucchine	23
	Tarhana corbasi	25
	Zuppe	
	Zuppa di pollo facile	27
	Minestrone estivo con riso	29
	Zuppa di cannellini, porri e spinaci	31
	Zuppa piccante di spinaci e lenticchie rosse	33
	Minestra di verdure con tortellini	35
	Zuppa Mulligatawny	37
	Zuppa di lenticchie con noodle all'uovo	39
	Zuppe a base di latte	
	Vellutata indiana di cocco e pomodoro	41
	Zuppa di mais e pancetta	43
	Crema di asparagi verdi con purea di nocciole e Parmigiano	45
	Crema di patate dolci con latte di mandorle (vegana)	47
	Crema di barbabietola con mele Granny Smith e latte di pecora	49
	Crema di funghi e senape in grani	51
	Cioccolata calda e spumosa, in stile bistrò	53
	Crema dolce e salata di pastinaca e pera con yogurt greco	55
	Crema di cavolfiore con formaggio Mimolette	57
	Crema di peperoni alla griglia e feta	59
	Vellutate fredde	
	Gazpacho	61
	Vellutata fredda di cetrioli e avocado	63
	Vellutata fredda al latticello con curry e chili	65
	Vellutata fredda di ciliegie	67
	Composte	
	Composta speziata di mele	69
	Composta di fragole e rabarbaro	71
	Composta di banane	73
	Composta di prugne con acqua di rose	75
	Frullati	
	Frullato alla banana	77
	Frullato al caramello, caffè e banana	79
	Frullato verde di carota e arancia	81
	Frullato di latticello e lampone	83

FR

Le Soup Maker de Philips vous permet de réaliser vos soupes, compotes et smoothies préférés

Le Soup Maker de Philips comprend 6 réglages, 5 programmes automatiques avec température et temps de cuisson prédéfinis pour un résultat parfait, ainsi qu'un programme de mixage manuel.

-  **Soupes veloutées – 18 minutes**
-  **Soupes épaisses – 18 minutes**
-  **Soupes à base de lait – 35 minutes**
-  **Compotes (cuisson uniquement) – 12 minutes**
-  **Smoothies (mixage uniquement) – 3 minutes**
-  **Mixage manuel**

Utilisez la fonction de mixage manuel pour mixer sans chauffer. Elle vous permet de mixer toutes vos recettes jusqu'à obtention de la consistance souhaitée.

Remarque : pour le mixage manuel, vous pouvez maintenir le bouton de l'appareil enfoncé aussi longtemps que vous le désirez. Lorsque vous relâchez le bouton, le mixage s'arrête.

Préparation des ingrédients

- Pour obtenir un goût savoureux, utilisez des ingrédients frais et de saison
- Pour un résultat optimal, coupez les ingrédients en dés d'environ 2 cm
- Cet appareil ne convient pas aux ingrédients surgelés. Décongelez toujours les ingrédients avant de les placer dans le Soup Maker.
- Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle.
- Sélectionnez le programme de votre choix et appuyez sur Start.

NL

Met de Philips Soup Maker maakt u in een handomdraai uw favoriete soepen, compotes en smoothies

De Philips Soup Maker heeft 6 standen, waarvan 5 automatische programma's met een ingestelde temperatuur en tijd voor het perfecte resultaat, en een functie voor handmatig pureren.

-  **Gepureerde soep – 18 minuten**
-  **Boersensoep – 18 minuten**
-  **Soep op basis van melk – 35 minuten**
-  **Compote (alleen verwarmen) – 12 minuten**
-  **Smoothie (alleen pureren) – 3 minuten**
-  **Handmatig pureren**

De functie voor handmatig pureren is bedoeld om te pureren zonder te verwarmen. Zo geeft u elk gerecht de gewenste dikte. Opmerking: bij handmatig pureren houdt u de knop ingedrukt totdat de gewenste substantie is bereikt. Zodra u de knop loslaat, stopt het pureren.

De ingrediënten voorbereiden

- U kunt het beste seizoensproducten gebruiken.
- Snijd voor het beste resultaat de ingrediënten in blokjes van 2 cm.
- De Philips Soup Maker is niet geschikt voor bevroren ingrediënten. Laat bevroren ingrediënten altijd eerst ontdooien voordat u ze in de Soup Maker doet.
- Roer door de ingrediënten en sluit het deksel.
- Kies het gewenste programma en druk op start.

IT

Prepara le tue zuppe, composte e frullati preferiti con Philips Soup Maker

Philips Soup Maker offre 6 impostazioni, 5 programmi automatici, con temperature e tempi preimpostati per ottenere risultati perfetti e una funzione di miscelazione manuale.

-  **Vellutate: 18 minuti**
-  **Zuppe: 18 minuti**
-  **Zuppe a base di latte: 35 minuti**
-  **Composte (solo cottura): 12 minuti**
-  **Frullati (solo miscelazione): 3 minuti**
-  **Miscelazione manuale**

Utilizza la funzione di miscelazione manuale per frullare i tuoi ingredienti senza riscaldarli. Puoi mescolare tutto fino a ottenere la consistenza desiderata. Nota: per la miscelazione manuale, tieni premuto il pulsante per il tempo desiderato. Quando rilasci il pulsante, la miscelazione si ferma.

Preparazione degli ingredienti

- Per un gusto migliore, usa ingredienti freschi di stagione.
- Per risultati ottimali, taglia gli ingredienti a cubetti di circa 2 cm.
- L'apparecchio non può lavorare cibi surgelati. Scongela gli ingredienti prima di introdurli nel Soup Maker.
- Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio.
- Seleziona il programma desiderato e premi Start.



FR

Trucs et astuces

- Pour un résultat optimal, ne dépassez jamais les graduations min et max du bol.
- Vous pouvez ajuster la consistance de votre soupe en ajoutant plus ou moins de liquide.
- Si les ingrédients collent au fond du bol, ajoutez éventuellement un peu de liquide.
- Les recettes suivantes vous permettront de réaliser jusqu'à 1,1 litre de soupe (environ 4 portions).

NL

Tips en trucs

- Zorg ervoor dat de hoeveelheid altijd tussen de markeringen voor "minimaal" en "maximaal" van de kan blijft.
- U kunt de dikte van de soep aanpassen door meer of minder vloeistof toe te voegen.
- Als er ingrediënten aan de bodem van de kan blijven plakken, kunt u het beste extra vloeistof toevoegen.
- Met de volgende recepten maakt u maximaal 1,1 liter soep (ongeveer 4 porties).

IT

Suggerimenti

- Per risultati migliori, rispetta i livelli Min. e Max. indicati sulla caraffa.
- Puoi regolare la consistenza della zuppa, aggiungendo più o meno liquido.
- Se gli ingredienti si attaccano al fondo della caraffa, prova ad aggiungere più liquido.
- Le ricette proposte di seguito permettono di preparare circa 1,1 litri di zuppa (circa 4 porzioni).



FR

Soupe de tomates classique avec pain à l'ail

Ce classique de la cuisine italienne fait toujours sensation. Cette recette est meilleure si vous utilisez des tomates estivales mûres et du basilic frais mais elle fonctionne aussi très bien avec des tomates en conserve.

Soupe :

- 600 g de tomates
- 1 gousse d'ail
- 50 g d'oignons hachés
- 450 ml de bouillon de légumes
- 1 cuillère à café de sucre
- Sel et poivre pour assaisonner
- Facultatif : basilic frais pour relever le goût
- Crème fraîche, au moment de servir

Pain à l'ail :

- 1 gousse d'ail
- Huile d'olive
- Tranches de pain

Étapes :

1. Découpez les tomates en dés de 2 cm. Épluchez l'ail.
2. Placez les ingrédients de la soupe dans le Soup Maker.
3. Mélangez les ingrédients, fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
4. Pendant ce temps, préparez le pain à l'ail. Préchauffez le four ou le grill à 200 °C. Coupez la gousse d'ail en deux. Versez un peu d'huile sur les tranches de pain et frottez-les avec l'ail. Faites cuire au four pendant quelques minutes jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.
5. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans des bols. Ajoutez une cuillère généreuse de crème fraîche. Servez avec le pain à l'ail.



18 min

NL

Klassieke tomatensoep met knoflookbrood

Deze Italiaanse klassieker is altijd een succes. De soep is natuurlijk het lekkerst als u rijpe zomertomaten en verse basilicum gebruikt, maar tomaten in blik zijn ook prima geschikt.

Soep:

- 600 g tomaten
- 1 teentje knoflook
- 50 g fijngehakte ui
- 450 ml groentebouillon
- 1 theelepel suiker
- Peper en zout naar smaak
- Optioneel: verse basilicum naar smaak
- Room of crème fraîche, om te serveren

Knoflookbrood:

- 1 teentje knoflook
- Olijfolie
- Snetjes brood

Stappen:

1. Snijd de tomaten in blokjes van ongeveer 2 cm. Pel de knoflook.
2. Doe de ingrediënten in de Soup Maker.
3. Roer door de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
4. Bereid intussen het knoflookbrood. Verwarm een oven of broodrooster voor op 200 °C. Snijd het knoflookteentje in de lengte in tweeën. Sprenkel een beetje olie over de snetjes brood en wrijf ze in met de knoflook. Bak ze knapperig in de oven of in een broodrooster.
5. Open het deksel als de soep klaar is en verdeel het mengsel over de kommen. Versier met een straaltje room of een lepeltje crème fraîche. Serveer met het knoflookbrood.

IT

Crema di pomodoro classica con bruschetta all'aglio

Un classico piatto italiano, tra i preferiti di sempre. La ricetta riesce meglio usando pomodori estivi maturi e basilico fresco, ma puoi usare anche pomodori in scatola.

Crema:

- 600 g di pomodori
- 1 spicchio di aglio
- 50 g di cipolle tritate
- 450 ml di brodo vegetale
- 1 cucchiaino di zucchero
- Sale e pepe a piacere
- A scelta: basilico fresco per esaltare i sapori
- Crème fraîche per servire

Bruschette:

- 1 spicchio di aglio
- Olio di oliva
- Fette di pane

Metodo:

1. Taglia i pomodori a cubetti di 2 cm. Sbuccia l'aglio.
2. Inserisci gli ingredienti della vellutata nel Soup Maker.
3. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma per le Vellutate e premi Start.
4. Nel frattempo, prepara la bruschetta all'aglio. Preriscalda il forno o grill a 200°C. Taglia lo spicchio d'aglio a metà. Cospargi le fette di pane con un po' di olio e strofinale con l'aglio. Cuoci nel forno per alcuni minuti fino a quando saranno belle croccanti.
5. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole. Aggiungi un cucchiaino pieno di crème fraîche e accompagna con la bruschetta all'aglio.



FR

Soupe de poireaux

Les poireaux peuvent être récoltés toute l'année mais ils sont meilleurs d'octobre à mai.

Soupe :

- 300 g de poireaux
- 50 g de pommes de terre
- 50 g d'oignons hachés
- 1 gousse d'ail
- 700 ml de bouillon de poule
- Feuilles de thym frais
- Sel et poivre pour assaisonner

Vinaigrette à la moutarde :

- 1 cuillère à café de moutarde
- 1 cuillère à café de câpres
- 1/2 cuillère à soupe de jus de citron
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Persil frais

Étapes :

1. Rincez les poireaux et coupez-les en tronçons d'environ 1 cm. Épluchez et coupez les pommes de terre en cubes de 2 cm.
2. Placez tous les ingrédients de la soupe dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Pendant ce temps, mélangez les ingrédients de la vinaigrette dans un petit bol.
4. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans de jolis bols à soupe. Ajoutez un peu de vinaigrette dans la soupe et servez.



18 min

NL

Preisoep

Prei is het hele jaar verkrijgbaar, maar de smaak is het beste van oktober t/m mei.

Soep:

- 300 g prei
- 50 g aardappelen
- 50 g fijngehakte ui
- 1 teentje knoflook
- 700 ml kippenbouillon
- Verse tijmblaadjes
- Peper en zout naar smaak

Mosterdvinaigrette:

- 1 theelepel mosterd
- 1 theelepel kappertjes
- 1/2 eetlepel citroensap
- 1 eetlepel olijfolie
- Verse peterselie

Stappen:

1. Spoel de preien en snijd ze in ringen van 1 cm. Schil de aardappel en snijd deze in stukken van 2 cm.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Meng intussen de ingrediënten voor de vinaigrette in een kommetje.
4. Open het deksel als de soep klaar is en verdeel het mengsel over leuke soepkommen. Schenk wat vinaigrette in een krul in de soep en serveer.

IT

Vellutata di porri

I porri si trovano tutto l'anno, ma sono particolarmente gustosi da ottobre a maggio.

Vellutata:

- 300 g di porri
- 50 g di patate
- 50 g di cipolle tritate
- 1 spicchio di aglio
- 700 ml di brodo di pollo
- Timo fresco
- Sale e pepe a piacere

Vinaigrette alla senape:

- 1 cucchiaino di senape
- 1 cucchiaino di capperi
- 1/2 cucchiaino di succo di limone
- 1 cucchiaino di olio d'oliva
- Prezzemolo fresco

Metodo:

1. Sciacqua i porri e tagliali a rondelle di circa 1 cm di spessore. Sbuccia le patate e tagliale a cubetti di 2 cm.
2. Metti tutti gli ingredienti della vellutata nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Vellutata, quindi premi Start.
3. Nel frattempo prepara la vinaigrette, mescolando tutti gli ingredienti in una ciotolina.
4. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala in ciotole decorate. Insaporisci con la vinaigrette e servi.



FR

Soupe de carottes au curry

La carotte est un ingrédient très polyvalent pour les soupes. Associez-la avec du citron vert et de la mangue, ou essayez le mélange curry et noix de coco.

- 300 g de carottes
- 50 g de pommes de terre
- 50 g d'oignons hachés
- 700 ml de bouillon de légumes
- Sel et poivre pour assaisonner
- 2 cuillères à café de poudre de curry
- 100 ml de crème fraîche ou de lait de coco

Étapes :

1. Épluchez les carottes et les pommes de terre et coupez-les en dés d'environ 2 cm.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, à l'exception de la crème fraîche. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle, ajoutez la crème fraîche et versez dans des bols ou des verres.

Astuce :

La carotte se marie très bien avec la mangue, alors n'hésitez pas à remplacer la pomme de terre par de la mangue. Utilisez 300 g de carottes plus 150 g de mangue. Remplacez la poudre de curry par le jus d'un citron vert et des feuilles de coriandre fraîche. Cette soupe se marie très bien avec des légumes croquants.

NL

Pittige wortelsoep

Wortel is een veelzijdig ingrediënt voor soepen. U kunt wortel bijvoorbeeld combineren met limoen en mango, maar dit recept met kerrie en kokos is ook zeker de moeite waard.

- 300 g wortels
- 50 g aardappelen
- 50 g fijngehakte ui
- 700 ml groentebouillon
- Peper en zout naar smaak
- 2 theelepels kerriepoeder
- 100 ml crème fraîche of kokosmelk

Stappen:

1. Schrap de wortels, schil de aardappelen en snijd de groenten in blokjes van 2 cm.
2. Doe alle ingrediënten behalve de crème fraîche in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is, meng de crème fraîche door de soep en verdeel het mengsel over kommen of glazen.

Tip:

Wortel en mango is een geweldige combinatie, dus u kunt gerust de aardappel vervangen door mango. Gebruik dan 300 g wortel en 150 g mango. Vervang het kerriepoeder door het sap van 1 limoen en verse korianderblaadjes. Met groentechips kunt u de soep leuk garneren.

IT

Vellutata di carote al curry

Le carote sono un ingrediente molto versatile per le vellutate. Puoi abbinarle al lime e al mango oppure prova questa ricetta con curry e cocco.

- 300 g di carote
- 50 g di patate
- 50 g di cipolle tritate
- 700 ml di brodo vegetale
- Sale e pepe a piacere
- 2 cucchiaini di curry in polvere
- 100 ml di crème fraîche o latte di cocco

Metodo:

1. Pela le carote e le patate e tagliale a cubetti di 2 cm.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker tranne la crème fraîche. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma Vellutata e premi Start.
3. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio, aggiungi la crème fraîche, mescola e versa la vellutata nelle ciotole o nei bicchieri.

Consiglio:

Le carote si abbinano perfettamente al mango, che può essere usato al posto delle patate. Usa 300 g di carote e 150 g di mango. Sostituisci il curry con il succo di un lime e qualche fogliolina di coriandolo fresco. La vellutata può essere accompagnata da croccanti verdure fritte tagliate sottili.



18 min

FR

Soupe aux petits pois avec crostini au fromage de chèvre

Rien de mieux que cette soupe pour célébrer l'arrivée du printemps, surtout si vous pouvez trouver des herbes et des petits pois frais.

Soupe :

- 450 g de petits pois, frais ou surgelés*
- 100 g d'oignons hachés
- 550 ml de bouillon de légumes
- 1/2 cuillère à soupe d'estragon
- Sel et poivre pour assaisonner
- Facultatif : 5 cuillères à soupe de yaourt, herbes aromatiques fraîches

** Si vous utilisez des petits pois surgelés, faites-les décongeler rapidement sous l'eau chaude avant de les ajouter dans le Soup Maker.*

Crostini :

- Baguette
- Fromage de chèvre

Étapes :

1. Placez les ingrédients de la soupe dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
2. Pendant ce temps, préparez les crostini. Préchauffez le four à 200°C, tranchez la baguette et ajoutez du fromage de chèvre sur le dessus. Faites cuire au four jusqu'à ce que le fromage soit fondu et doré.
3. Lorsque le Soup Maker est prêt, ouvrez le couvercle et versez la soupe dans des assiettes creuses. Garnissez chaque bol d'un crostini croquant.

NL

Erwtensoep met geitenkaascrostini

Een geweldige start van het voorjaar, vooral als u verse doperwtjes en kruiden kunt krijgen.

Soep:

- 450 g doperwten, vers of diepvries*
- 100 g fijngehakte ui
- 550 ml groentebouillon
- 1/2 eetlepel dragon
- Peper en zout naar smaak
- Optioneel: 5 eetlepels yoghurt, verse groene kruiden

** Als u diepgevroren doperwten gebruikt, ontdooi ze dan snel onder de warme kraan voordat u ze in de Soup Maker doet.*

Crostini:

- Baguette
- Geitenkaas

Stappen:

1. Doe de ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
2. Bereid intussen de crostini. Verwarm de oven voor op 200 °C, snijd de baguette in plakjes en smeer wat geitenkaas op elk plakje. Bak in de oven totdat de kaas is gesmolten en de crostini goudbruin zijn.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in diepe borden. Leg een knapperige crostini in het midden van elk bord.

IT

Crema di piselli con crostini di caprino

Non c'è niente di meglio di questa zuppa per celebrare l'arrivo della primavera, specialmente se riesci a trovare erbe aromatiche e piselli freschi.

Vellutata:

- 450 g di piselli, freschi o surgelati*
- 100 g di cipolle tritate
- 550 ml di brodo vegetale
- 1/2 cucchiaino di dragoncello
- Sale e pepe a piacere
- A scelta: 5 cucchiaini di yogurt, erbe aromatiche fresche

** Se usi piselli surgelati, falli scongelare rapidamente sotto l'acqua calda prima di inserirli nel Soup Maker.*

Crostini:

- Baguette
- Formaggio di capra

Metodo:

1. Metti tutti gli ingredienti della vellutata nel Soup Maker, mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma "Vellutata", quindi premi Start.
2. Nel frattempo, prepara i crostini. Fai preriscaldare il forno a 200°C, affetta la baguette e spalmaci sopra il formaggio di capra. Lascia cuocere in forno fino a quando il formaggio non si scioglie e diventa dorato.
3. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala nei piatti da minestra. Guarnisci ogni ciotola con un crostino dorato.



FR

Soupe aux brocolis et stilton

Cette soupe onctueuse préparée à partir de légumes mixés et de bleu est idéale en entrée lors d'un dîner de fête ou d'un bon repas.

- 400 g de brocolis
- 100 g de ciboules hachées
- 600 ml de bouillon de légumes
- 25 g de fromage Stilton, émietté
- Sel et poivre noir fraîchement moulu
- Un peu de fromage Stilton, des croûtons et de l'huile d'olive pour décorer

Étapes :

1. Coupez les têtes des brocolis et séparez-les en fleurettes. Placez les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients, fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
2. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans des bols.
3. Garnissez la soupe avec du Stilton émietté ou des croûtons. Ajoutez un peu de poivre noir moulu et arrosez d'un filet d'huile d'olive.

Astuce :

Vous pouvez réserver quelques bouquets ou morceaux de brocoli, les faire blanchir 2 minutes dans de l'eau bouillante, les refroidir sous l'eau fraîche et les utiliser comme garniture pour votre soupe. Le Stilton peut être remplacé par n'importe quel autre bleu.



18 min

NL

Broccoli-stiltonsoep

Deze glad gepureerde groentesoep met blauwe kaas is heerlijk als voorgerecht, maar ook als royale maaltijdsoep.

- 400 g broccoli
- 100 g lente-uitjes, gehakt
- 600 ml groentebouillon
- 25 g stiltonkaas, verkruid
- Versgemalen zwarte peper en zout
- Extra stiltonkaas, croutons en olijfolie, om te garneren

Stappen:

1. Maak de broccoli schoon en snijd hem in kleine roosjes. Doe de ingrediënten in de Soup Maker. Roer door de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
2. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in kommen.
3. Strooi wat verkruidde stiltonkaas of croutons over de soep. Strooi er wat versgemalen zwarte peper over en besprenkel met een beetje olijfolie.

Tip:

U kunt een paar kleine of gehakte broccolirosjes apart houden, snel 2 minuten blancheren in kokend water, onder de koude kraan afspoelen en gebruiken als garnering voor de soep. U kunt in plaats van stilton elke andere blauwe kaas gebruiken.

IT

Crema di broccoli e formaggio Stilton

Questa vellutata si prepara con verdure miste e formaggio erborinato ed è ideale anche da sola come antipasto o come un piatto unico.

- 400 g di broccoli
- 100 g di cipollotti tritati
- 600 ml di brodo vegetale
- 25 g di formaggio Stilton sbriciolato
- Sale e pepe macinati al momento
- Altro formaggio Stilton, crostini e olio d'oliva per guarnire

Metodo:

1. Taglia le teste dei broccoli e dividile in cimette. Metti gli ingredienti nel Soup Maker, mescola e chiudi il coperchio, seleziona il programma Vellutata e premi Start.
2. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole.
3. Guarnisci la vellutata con un po' di formaggio Stilton sbriciolato o dei crostini. Insaporisci con pepe macinato e un filo di olio d'oliva.

Consiglio:

Puoi tenere da parte un paio di cime o pezzi dei broccoli, sbollentarli in acqua bollente per 2 minuti, passarli sotto l'acqua fredda e usarli per decorare la vellutata. Lo Stilton può essere sostituito con qualsiasi altro formaggio erborinato.



FR

Velouté de potiron parfumé au cumin

Le potiron est la star de la saison des récoltes. Très savoureux, il s'accompagne à merveille de saveurs épicées intenses.

- 400 g de potiron
- 100 g de pommes de terre
- 50 g d'oignons hachés
- 1/2 cuillère à café de cumin moulu
- 550 ml de bouillon de légumes
- Sel et poivre pour assaisonner
- Féta pour décorer

Étapes :

1. Coupez le potiron en deux et enlevez les pépins. Détaillez la chair en dés d'environ 2 cm. Vous pouvez utiliser la peau. Épluchez et coupez les pommes de terre en cubes de 2 cm.
2. Placez les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients, fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans des bols. Pour terminer, émiettez un peu de féta sur la soupe.

Astuce :

Vous pouvez varier le goût de cette soupe avec d'autres épices, comme de la coriandre moulue, des graines de fenouil ou une combinaison des deux.

NL

Fluwelen pompoensoep met komijn

Pompoen is de icoon van het oogstseizoen. De rijke smaak gaat prima samen met een kruidig aroma.

- 400 g pompoen
- 100 g aardappelen
- 50 g fijngehakte ui
- 1/2 theelepel gemalen komijn
- 550 ml groentebouillon
- Peper en zout naar smaak
- Fetakaas, om te garneren

Stappen:

1. Halveer de pompoen en schep de zaadjes eruit. Snijd de pompoen in blokjes van 2 cm. U kunt de schil gebruiken. Schil de aardappel en snijd deze in blokjes van 2 cm.
2. Doe de ingrediënten in de Soup Maker. Roer door de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in de kommen. Verkruimel de feta en strooi deze over de soep.

Tip:

U kunt met het aroma van de soep variëren door andere specerijen te gebruiken, zoals gemalen koriander, venkelzaad of een combinatie daarvan.

IT

Crema di zucca con cumino

La zucca torna alla ribalta nel periodo del raccolto. Questo gustoso vegetale diventa insuperabile quando è accompagnato da sapori forti e speziati.

- 400 g di zucca
- 100 g di patate
- 50 g di cipolle tritate
- 1/2 cucchiaino di cumino in polvere
- 550 ml di brodo vegetale
- Sale e pepe a piacere
- Formaggio feta per guarnire

Metodo:

1. Taglia la zucca a metà e rimuovi i semi con un cucchiaio. Taglia la polpa a cubetti di circa 2 cm. Si può usare anche la buccia. Sbuccia le patate e tagliale a cubetti di 2 cm.
2. Metti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma "Vellutata", quindi premi Start.
3. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole. Decorala sbriciolando un po' di feta sulla zuppa.

Consiglio:

Per variare il gusto di questa vellutata, puoi usare altre spezie, come il coriandolo tritato, i semi di finocchio o entrambi.



18 min

FR

Soupe de betterave fraîche

Cette soupe colorée et nutritive peut être servie chaude ou froide.

- 400 g de betteraves
- 650 ml de bouillon de légumes
- 50 g d'oignons hachés
- 150 ml de crème aigre
- Sel et poivre
- Aneth frais pour décorer

Étapes :

1. Épluchez les betteraves et coupez-les en dés d'environ 2 cm. Placez les betteraves, le bouillon et les oignons dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
2. Lorsque le Soup Maker est prêt, ouvrez le couvercle et ajoutez la crème aigre. Rectifiez l'assaisonnement.
3. Versez la soupe dans des bols et décorez avec l'aneth.

Astuce :

Vous pouvez réaliser cette soupe avec du chou-rave (navet allemand) au lieu de la betterave.
Vous pouvez également remplacer le bouillon de légumes par du bouillon de bœuf.

NL

Verse bietensoep

Deze kleurige en voedzame soep kunt u zowel warm als koud serveren.

- 400 g rode bietjes
- 650 ml groentebouillon
- 50 g fijngehakte ui
- 150 ml zure room
- Peper en zout
- Verse dille, om te garneren

Stappen:

1. Schil de bietjes en snijd deze in blokjes van 2 cm. Doe de bietjes, bouillon en uien in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
2. Open het deksel als de soep klaar is en roer de zure room erdoor. Maak op smaak af met peper en zout.
3. Schenk de soep in kommen en garneer met wat verse dille.

Tip:

U kunt de soep ook met koolrabi maken in plaats van met bietjes. De groentebouillon kunt u vervangen door runderbouillon.

IT

Vellutata di barbabietola fresca

Una zuppa nutriente e coloratissima che può essere servita calda o fredda.

- 400 g di barbabietola
- 650 ml di brodo vegetale
- 50 g di cipolle tritate
- 150 ml di panna acida
- Sale e pepe
- Aneto fresco per guarnire

Metodo:

1. Sbuccia la barbabietola e tagliala a cubetti di 2 cm. Metti la barbabietola, il brodo e le cipolle nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Vellutata e premi Start.
2. Quando Soup Maker ha terminato, apri il coperchio e versa la panna acida. Aggiungi sale e pepe a piacere.
3. Versa la vellutata nelle ciotole e guarnisci con l'aneto.

Consiglio:

Questa zuppa si può preparare con il kohlraabi (cavolo rapa) al posto della barbabietola. È possibile anche sostituire il brodo vegetale con del brodo di manzo.



FR

Velouté de courgettes

La courgette est un légume qui se déguste à toutes les sauces. Elle se marie à la perfection avec des herbes fraîches, des épices ou du fromage.

- 650 g de courgettes
- 50 g d'oignons hachés
- 1 gousse d'ail
- 400 ml de bouillon de légumes
- 1 cuillère à café d'origan frais haché
- Facultatif : 60 g de fromage Dolcelatte ou Gorgonzola pour décorer

Étapes :

1. Coupez les courgettes en quatre dans le sens de la longueur, puis en morceaux de 2 cm.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Lorsque la préparation est terminée, ouvrez le couvercle et versez la soupe dans des bols ou des assiettes creuses. Vous pouvez ajouter un peu de fromage si vous le souhaitez ou en saupoudrer sur le dessus au moment de servir.

Astuce :

Cette soupe est également délicieuse avec des herbes aromatiques fraîches, par exemple de la sauge, du basilic ou de l'estragon. Vous pouvez la servir chaude ou froide.



18 min

NL

Romige courgettesoep

Courgette is een ontzettend veelzijdige groente die uitstekend te combineren is met verse kruiden, wat specerijen of kaas.

- 650 g courgette
- 50 g fijngehakte uien
- 1 teentje knoflook
- 400 ml groentebouillon
- 1 theelepel verse oregano, gehakt
- Optioneel: 60 g dolcelatte- of gorgonzolakaas, om te garneren

Stappen:

1. Snijd de courgettes in de lengte in vieren en snijd ze vervolgens in stukjes van 2 cm.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in kommen of diepe borden. U kunt vlak voor het serveren wat kaas door de soep roeren of erop strooien.

Tip:

Deze soep smaakt ook heerlijk met verse groene kruiden als salie, basilicum of dragon. U kunt de soep warm of koud serveren.

IT

Vellutata di zucchine

La zuccina è un vegetale che si abbina a qualunque tipo di salsa. Si accompagna perfettamente a erbe fresche, spezie e formaggio.

- 650 g di zucchine
- 50 g di cipolle tritate
- 1 spicchio di aglio
- 400 ml di brodo vegetale
- 1 cucchiaino di origano fresco tritato
- A piacere: 60 g di formaggio Dolcelatte o gorgonzola come guarnizione

Metodo:

1. Taglia le zucchine in quattro nel senso della lunghezza e quindi in pezzi di 2 cm.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma Vellutata e premi Start.
3. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole o nei piatti fondi. Puoi anche aggiungere del formaggio o utilizzarlo per spolverare la superficie della vellutata al momento di servire.

Consiglio:

Questo piatto si abbina perfettamente a erbe aromatiche fresche, come salvia, basilico o dragoncello e può essere servito caldo o freddo.



FR

Tarhana corbasi

Le tarhana, mélange fermenté et déshydraté de farine, yaourt, oignons, tomates et poivrons verts constitue la base de cette soupe traditionnelle turque.

- 3 1/2 cuillères à soupe de tarhana
- 3 1/2 cuillères à soupe de purée de tomates
- 1,1 litre de bouillon de légumes
- 1 cuillère à soupe de beurre
- Facultatif : 1 cuillère à café de sel*

Étapes :

1. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
2. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans des tasses ou des bols appropriés.

Astuce :

Vous trouverez le tarhana dans la plupart des magasins turcs.
*Le tarhana est déjà relativement salé. Selon le mélange que vous achetez, ajoutez du sel à votre convenance.

NL

Tarhana corbasi

Tarhana, een gefermenteerd en gedroogd mengsel van meel, yoghurt, ui, tomaat en groene paprika, vormt de basis van deze traditionele Turkse soep.

- 3 1/2 eetlepels tarhana
- 3 1/2 eetlepels tomatenpuree
- 1,1 liter groentebouillon
- 1 eetlepel boter
- Optioneel: 1 theelepel zout*

Stappen:

1. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
2. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in koppen of kommen.

Tip:

Tarhana is verkrijgbaar in de meeste Turkse winkels.
*Tarhana is meestal al behoorlijk zout. Voeg naar smaak zout toe, afhankelijk van de mix die u koopt.

IT

Tarhana corbasi

La Tarhana è una miscela fermentata e seccata di farina, yogurt, cipolle, pomodori e peperoni verdi ed è l'ingrediente principale di una tradizionale zuppa turca.

- 3 cucchiari e mezzo di tarhana
- 3 cucchiari e mezzo di concentrato di pomodoro
- 1,1 litro di brodo vegetale
- 1 cucchiaio di burro
- A scelta: 1 cucchiaino di sale

Metodo:

1. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma Vellutata e premi Start.
2. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio e versala in alcune tazze o ciotole.

Consiglio:

Puoi trovare il tarhana nella maggior parte dei negozi di alimentari turchi.
*Il tarhana è già piuttosto salato. A seconda della miscela acquistata, aggiusta di sale a piacere.



18 min

FR

Soupe au poulet facile

La soupe au poulet peut être réalisée de A à Z en préparant un bouillon à partir de viande de poulet, d'os ou de restes. Mais pour préparer une soupe de poulet sans tracas, vous pouvez aussi utiliser cette recette rapide.

- 100 g de carottes
- 300 g de blancs de poulet
- 50 g d'oignons hachés
- 100 g de maïs doux, égoutté
- 550 ml de bouillon de poule
- Sel et poivre
- 1 cuillère à soupe de persil haché
- 6 branches de thym
- Un peu de persil haché pour décorer

Étapes :

1. Épluchez les carottes et coupez-les en dés d'environ 1 cm. Coupez le poulet en morceaux de 2 cm.
2. Ajoutez d'abord les légumes, puis les blancs de poulet. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle, versez dans des bols et parsemez de persil haché.

Astuce :

Vous pouvez également ajouter des branches de céleri, du poivron ou d'autres légumes dans cette soupe.

NL

Kippensoep in een handomdraai

U kunt kippensoep helemaal zelf maken door eerst bouillon te trekken van kippenvlees, kippenbotjes of restanten. Maar als u kippensoep wilt zonder gedoe, kunt u dit snelle recept proberen.

- 100 g wortels
- 300 g kipfilet
- 50 g fijngehakte uien
- 100 g maïs, uitgelekt
- 550 ml kippenbouillon
- Peper en zout
- 1 eetlepel fijngehakte peterselie
- 6 takjes tijm
- Extra fijngehakte peterselie, om te garneren

Stappen:

1. Schil de wortel en snijd deze in blokjes van 1 cm. Snijd de kip in stukjes van 2 cm.
2. Doe eerst de groenten en daarna de kip in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is, schenk het mengsel in kommen en bestrooi met een beetje gehakte peterselie.

Tip:

U kunt ook bleekselderij, paprika of andere groente aan deze soep toevoegen.

IT

Zuppa di pollo facile

Puoi preparare la zuppa di pollo da zero preparando un brodo con carne di pollo, ossa o avanzi. Se invece vuoi fare la zuppa di pollo in modo più semplice, prova questa ricetta rapida.

- 100 g di carote
- 300 g di petto di pollo
- 50 g di cipolle tritate
- 100 g di maïs sgocciolato
- 550 ml di brodo di pollo
- Sale e pepe
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato
- 6 rametti di timo
- Altro prezzemolo tritato per guarnire

Metodo:

1. Pela le carote e tagliale a cubetti di 1 cm. Taglia il petto di pollo in pezzetti di 2 cm.
2. Aggiungi prima le verdure e poi il petto di pollo. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Quindi, seleziona il programma Zuppa e premi Start.
3. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole, guarnendo con il prezzemolo tritato.

Consiglio:

Nella zuppa si possono aggiungere anche gambi di sedano, peperoni o altre verdure.



FR

Minestrone d'été au riz

Ce bouillon corsé regorge de légumes, de riz et de haricots : il est sain, nourrissant et facile à réaliser.

- 1 gousse d'ail
- 50 g de ciboules
- 50 g de carottes
- 75 g de courgettes
- 50 g de haricots verts
- 50 g de fenouil
- 50 g d'asperges vertes
- 75 g de tomates cerises
- 50 g de maïs doux (en boîte), égoutté
- 50 g de riz
- 600 ml de bouillon de légumes
- 1 feuille de laurier
- 6 branches de thym
- Sel et poivre

Étapes :

1. Émincez finement l'ail et les ciboules. Coupez les carottes et les courgettes en petits dés. Coupez les haricots verts, le fenouil et les asperges en petits morceaux, puis coupez les tomates en quatre.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans des bols. N'oubliez pas d'enlever la feuille de laurier avant de servir.

Astuce :

Vous pouvez remplacer le riz par des langues d'oiseau dans cette soupe.

NL

Zomerminestrone met rijst

Dit rijke brouwsel zit boordevol groenten, rijst en bonen. Het is gezond, voedzaam en eenvoudig te maken.

- 1 teentje knoflook
- 50 g lente-uitjes
- 50 g wortels
- 75 g courgette
- 50 g sperziebonen
- 50 g venkel
- 50 g groene asperges
- 75 g kerstomaatjes
- 50 g maïskorrels (blik), uitgelekt
- 50 g rijst
- 600 ml groentebouillon
- 1 laurierblaadje
- 6 takjes tijm
- Peper en zout

Stappen:

1. Hak de knoflook en de lente-uitjes fijn. Hak de wortel en courgette in kleine blokjes. Snijd de sperziebonen, venkel en asperges in hapklare stukjes en snijd de tomaten in vieren.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in de kommen. Vergeet niet om voor het serveren het laurierblaadje te verwijderen.

Tip:

In plaats van rijst kunt u ook gerst gebruiken in deze soep.

IT

Minestrone estivo con riso

Questa saporita minestra, ricca di verdure, riso e fagioli, è sana, nutriente e facilissima da preparare.

- 1 spicchio di aglio
- 50 g di cipollotti
- 50 g di carote
- 75 g di zucchine
- 50 g di fagiolini
- 50 g di finocchio
- 50 g di asparagi verdi
- 75 g di pomodori ciliegini
- 50 g di maïs in scatola, sgocciolato
- 50 g di riso
- 600 ml di brodo vegetale
- 1 foglia di alloro
- 6 rametti di timo
- Sale e pepe

Metodo:

1. Trita finemente l'aglio e il cipollotto. Taglia a dadini la carota e la zuccina. Taglia i fagiolini, il finocchio e gli asparagi a pezzetti piccoli e dividi in quattro i pomodorini.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Zuppa, quindi premi Start.
3. Quando la minestra è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole. Ricorda di togliere le foglie di alloro prima di servire.

Consiglio:

Per questa minestra puoi sostituire il riso con l'orzo perlato.



18 min

FR

Soupe de haricots blancs, poireaux et épinards

La texture veloutée et la saveur noisette du haricot blanc s'associent à merveille avec des épinards.

- 1 gousse d'ail
- 200 g de poireaux
- 50 g d'oignons hachés
- 150 g de haricots blancs, égouttés
- 1 feuille de laurier
- Sel et poivre
- 700 ml de bouillon de légumes
- 200 g de jeunes feuilles d'épinard

Étapes :

1. Épluchez et hachez finement l'ail. Coupez finement les poireaux.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, à l'exception des épinards. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et ajoutez les épinards. Laissez reposer 30 secondes avant de servir.

Astuce :

Vous pouvez ajouter 50 g de riz ou de langues d'oiseaux à la soupe avant ébullition ou 50 à 100 g de pâtes cuites lorsque la soupe est prête pour qu'elle soit plus copieuse.

NL

Cannellinisoep met spinazie en prei

De romige cannelliniboon heeft een gladde textuur en een nootachtige smaak die met spinazie een uitstekende combinatie vormt.

- 1 teentje knoflook
- 200 g prei
- 50 g fijngehakte ui
- 150 g cannellinibonen, uitgelekt
- 1 laurierblaadje
- Peper en zout
- 700 ml groentebouillon
- 200 g verse jonge spinazie

Stappen:

1. Pel de knoflook en hak fijn. Snijd de prei in dunne ringen.
2. Doe alle ingrediënten behalve de spinazie in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is en roer de spinazie erdoor. Wacht 30 seconden voordat u de soep serveert.

Tip:

U kunt voor het koken 50 g rijst of gerst aan de soep toevoegen, of 50 - 100 g gekookte pasta als de soep klaar is. De soep wordt dan wat dikker en voedzamer.

IT

Zuppa di cannellini, porri e spinaci

La consistenza cremosa e il sapore di nocciola dei fagioli cannellini si abbinano perfettamente con gli spinaci.

- 1 spicchio di aglio
- 200 g di porri
- 50 g di cipolle tritate
- 150 g di fagioli cannellini scolati
- 1 foglia di alloro
- Sale e pepe
- 700 ml di brodo vegetale
- 200 g di foglioline di spinaci fresche

Metodo:

1. Pela e trita finemente l'aglio. Taglia i porri a fettine sottili.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker, tranne gli spinaci. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Quindi, seleziona il programma Zuppa e premi Start.
3. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio, aggiungi gli spinaci e mescola. Lascia insaporire per 30 secondi prima di servire.

Consiglio:

Puoi aggiungere 50 g di riso o orzo alla zuppa prima che arrivi a bollire o 50-100 g di pasta cotta quando la zuppa è pronta per renderlo un piatto ancora più completo.



18 min

FR

Soupe épicée aux épinards et lentilles rouges

Les lentilles s'imprègnent de toutes les saveurs que vous mettez dans votre soupe. Cette soupe est légère, mais copieuse et végétarienne. À servir en plat principal.

- 1 gousse d'ail
- 20 g de gingembre frais
- 100 g de carottes
- 100 g de branches de céleri
- 100 g de tomates cerises
- 2 piments rouges
- 100 g de lentilles rouges
- 700 ml de bouillon de légumes
- Sel et poivre pour assaisonner
- 200 g d'épinards frais, yaourt nature pour décorer

Étapes :

1. Épluchez et hachez finement l'ail et le gingembre. Coupez les carottes et le céleri en dés d'environ 1 cm. Coupez les tomates cerises en quatre, puis évidez et hachez les piments.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, à l'exception des épinards et du yaourt. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle, ajoutez les épinards et laissez reposer pendant 30 secondes.
4. Servez dans des bols ou des assiettes creuses, couronné d'une bonne dose de yaourt.

NL

Pittige linzensoep met spinazie

Linzen nemen alle smaken op die u in de soep stopt. Deze soep is licht, maar toch stevig en vegetarisch; een prima maaltijdsoep.

- 1 teentje knoflook
- 20 g verse gember
- 100 g wortels
- 100 g bleekselderij
- 100 g kerstomaatjes
- 2 rode pepers
- 100 g rode linzen
- 700 ml groentebouillon
- Peper en zout naar smaak
- 200 g verse spinazie en natuurlijke yoghurt, om te garneren

Stappen:

1. Pel de knoflook, schil de gember en hak alles fijn. Snijd de wortel en bleekselderij in blokjes van 1 cm. Snijd de kerstomaatjes in vieren. Verwijder de zaadlijsten uit de rode pepers en hak ze fijn.
2. Doe alle ingrediënten behalve de spinazie en yoghurt in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is, roer de spinazie erdoor en wacht 30 seconden.
4. Serveer in kommen of diepe borden, met een schepje yoghurt in het midden.

IT

Zuppa piccante di spinaci e lenticchie rosse

Le lenticchie assorbono tutti i sapori della zuppa. È un piatto vegetariano leggero, ma anche nutriente, che può essere servito come pietanza principale.

- 1 spicchio di aglio
- 20 g di zenzero fresco
- 100 g di carote
- 100 g di gambi di sedano
- 100 g di pomodori ciliegini
- 2 peperoncini rossi
- 100 g di lenticchie rosse
- 700 ml di brodo vegetale
- Sale e pepe a piacere
- 200 g di spinaci freschi e yogurt naturale per la guarnizione

Metodo:

1. Sbuccia e trita finemente l'aglio e lo zenzero. Taglia la carota e il sedano a dadini di 1 cm. Taglia in quattro i pomodorini, togli i semi e quindi trita i peperoncini.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker, tranne gli spinaci e lo yogurt. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Quindi, seleziona il programma Zuppa e premi Start.
3. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio, aggiungi gli spinaci e mescola. Lascia insaporire per 30 secondi.
4. Versa la zuppa in ciotole o piatti fondi e guarnisci con un cucchiaino di yogurt.



18 min

FR

Soupe de tortellinis aux légumes

Cette soupe servie en bol est l'équivalent d'un repas complet.

- 100 g de courgettes
- 100 g de carottes
- 100 g de tortellinis secs
- 60 g d'oignons finement hachés
- 30 g de poireaux finement hachés
- 700 ml de bouillon de légumes
- Sel et poivre pour assaisonner
- Parmesan pour décorer

Étapes :

1. Coupez les courgettes en deux dans le sens de la longueur, puis en morceaux d'environ 2 cm ; épluchez les carottes et coupez-les en dés d'environ 1 cm.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle, versez dans des bols et saupoudrez de parmesan.

Astuce :

Si vous utilisez des tortellinis frais, faites-les bouillir séparément et ajoutez-les à la soupe juste avant de servir.

NL

Groentesoep met tortellini

Deze soep is een volledige maaltijd in een kom.

- 100 g courgette
- 100 g wortels
- 100 g gedroogde tortellini
- 60 g fijngehakte ui
- 30 g fijngehakte prei
- 700 ml groentebouillon
- Peper en zout naar smaak
- Parmezaanse kaas, om te garneren

Stappen:

1. Halveer de courgettes in de lengte en snijd ze in stukjes van 2 cm. Schrap de wortels en snijd ze in blokjes van 1 cm.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is, schenk het mengsel in kommen en bestrooi het met een beetje Parmezaanse kaas.

Tip:

Als u verse tortellini gebruikt, kook die dan apart en voeg vlak voor het serveren toe aan de soep.

IT

Minestra di verdure con tortellini

Una piatto di questa zuppa è un pasto completo.

- 100 g di zucchine
- 100 g di carote
- 100 g di tortellini secchi
- 60 g di sedano, tritato finemente
- 30 g di porri, tritati finemente
- 700 ml di brodo vegetale
- Sale e pepe a piacere
- Parmigiano per guarnire

Metodo:

1. Taglia le zucchine a metà nel verso della lunghezza e quindi riducile a dadini di 2 cm. Pela le carote e tagliale a dadini di 1 cm.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Zuppa, quindi premi Start.
3. Quando la minestra è pronta, apri il coperchio, versala nelle ciotole e servi con Parmigiano grattugiato.

Consiglio:

Se usi tortellini freschi, cuocili separatamente e aggiungili alla zuppa appena prima di servire.



FR

Soupe mulligatawny

Cette soupe mulligatawny est un délicieux repas en soi. Elle est encore meilleure après une journée dans le réfrigérateur.

- 20 g de gingembre frais
- 2 gousses d'ail
- 50 g de branches de céleri
- 50 g de carottes
- 50 g d'oignons hachés
- 100 g de mangue ou de pomme
- 150 g de blancs de poulet
- 50 g de riz
- 1 cuillère à soupe de curcuma
- 1/2 cuillère à café de cumin moulu
- 630 ml de bouillon de légumes ou de poule
- Sel et poivre
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 100 ml de yaourt, coriandre fraîche ciselée, pour décorer

Étapes :

1. Épluchez et hachez finement l'ail et le gingembre. Coupez le céleri et les carottes en petits morceaux. Épluchez la mangue et ôtez le noyau ou coupez finement les pommes. Coupez le poulet en morceaux d'environ 2 cm.
2. Ajoutez d'abord les fruits et les légumes puis les blancs de poulet dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et ajoutez le jus de citron. Versez la soupe dans des bols et terminez avec une cuillerée de yaourt et quelques feuilles de coriandre ciselées.

18 min

NL

Mulligatawny

Mulligatawny is op zichzelf al een heerlijk maal. Het wordt nog beter als u het een dag in de koelkast zet.

- 20 g verse gember
- 2 teentjes knoflook
- 50 g bleekselderij
- 50 g wortels
- 50 g fijngehakte ui
- 100 g mango of appel
- 150 g kipfilet
- 50 g rijst
- 1 eetlepel kurkuma
- 1/2 theelepel gemalen komijn
- 630 ml kippen- of groentebouillon
- Peper en zout
- 1 eetlepel citroensap
- 100 ml yoghurt en gehakte verse koriander, om te garneren

Stappen:

1. Pel de knoflook, schil de gember en hak beide fijn. Snijd de wortel en bleekselderij in hapklare stukjes. Schil en ontpit de mango of snijd de appel in dunne plakjes. Snijd de kip in stukjes van 2 cm.
2. Doe eerst de groenten en het fruit en daarna de kip in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is en roer het citroensap erdoor. Verdeel de soep over de kommen, bestrooi met gehakte korianderblaadjes en schep een beetje yoghurt in het midden.

IT

Zuppa Mulligatawny

Questa zuppa Mulligatawny è già di per sé un pasto delizioso, ma se la lasci in frigo un giorno, diventerà ancora più buona.

- 20 g di zenzero fresco
- 2 spicchi d'aglio
- 50 g di gambi di sedano
- 50 g di carote
- 50 g di cipolle tritate
- 100 g di mango o mela
- 150 g di petto di pollo
- 50 g di riso
- 1 cucchiaio di curcuma
- 1/2 cucchiaino di cumino in polvere
- 630 ml di brodo vegetale o di pollo
- Sale e pepe
- 1 cucchiaio di succo di limone
- 100 ml di yogurt e coriandolo fresco tritato, come guarnizione

Metodo:

1. Pela e trita finemente l'aglio e lo zenzero. Taglia il sedano e le carote in piccoli pezzi. Pela il mango e rimuovi il nocciolo o trita finemente le mele. Taglia il pollo in pezzi di 2 cm.
2. Aggiungi frutta, verdure e pollo nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti, chiudi il coperchio, seleziona il programma Zuppa e premi Start.
3. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio e aggiungi il succo di limone. Versa nelle ciotole e guarnisci con un cucchiaio di yogurt e qualche fogliolina di coriandolo tritato.



18 min

FR

Soupe de lentilles aux nouilles eriste

Très nourrissante, cette soupe de nouilles aux œufs est riche en protéines, grâce aux lentilles, et contient très peu de matières grasses.

- 100 g de lentilles vertes (trempées dans l'eau pendant 4 à 5 heures)
- 2 gousses d'ail
- 50 g d'oignons hachés
- 50 g de carottes
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 150 g de tomates (en boîte)
- 700 ml de bouillon de viande
- 50 g de nouilles eriste
- Sel et poivre
- Persil haché pour décorer

Étapes :

1. Épluchez l'ail et les carottes. Hachez finement l'ail et coupez les carottes en petits morceaux.
2. Égouttez les lentilles.
3. Ajoutez d'abord les légumes, puis les lentilles égouttées et les nouilles dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Soupe épaisse et appuyez sur Start.
4. Lorsque la soupe est prête, versez dans des bols et servez avec un peu de persil.

Astuce :

Les nouilles eriste sont une spécialité turque. Si vous ne pouvez pas les trouver dans votre magasin turc local, vous pouvez utiliser des tagliatelles à la place. Assurez-vous de les casser en petits morceaux au préalable.

NL

Linzensoep met Eriste-noedels

Deze dikke soep met eiernoedels heeft door de linzen een hoog eiwitgehalte, is vetarm en zeer voedzaam.

- 100 g groene linzen (4 - 5 uur geweekt in water)
- 2 teentjes knoflook
- 50 g fijngehakte ui
- 50 g wortels
- 2 eetlepels olijfolie
- 150 g tomaten (blik)
- 700 ml vleesbouillon
- 50 g eriste noedels
- Peper en zout
- Fijngehakte peterselie, om te garneren

Stappen:

1. Pel de knoflook en schrap de wortels. Hak de knoflook fijn en snijd de wortels in hapklare stukjes.
2. Giet de geweekte linzen af.
3. Voeg eerst de groenten toe en doe daarna de geweekte linzen en de noedels in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor boerensoep en druk op start.
4. Open het deksel als de soep klaar is, schenk het mengsel in kommen en serveer met wat peterselie.

Tip:

Eriste-noedels zijn een Turkse specialiteit. Als u ze in de plaatselijke Turkse winkel niet kunt vinden, kunt u in plaats daarvan tagliatelle gebruiken. Breek de pasta wel eerst in kleinere stukjes.

IT

Zuppa di lenticchie con noodle all'uovo

Questa nutriente zuppa di noodle all'uovo contiene molte proteine, grazie alle lenticchie, e pochi grassi.

- 100 g di lenticchie verdi (ammollate in acqua per 4-5 ore)
- 2 spicchi d'aglio
- 50 g di cipolle tritate
- 50 g di carote
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- 150 g di pomodori pelati
- 700 ml di brodo di carne
- 50 g di noodle all'uovo
- Sale e pepe
- Prezzemolo tritato per guarnire

Metodo:

1. Sbuccia l'aglio e le carote. Trita finemente l'aglio e riduci la carota a dadini.
2. Scola le lenticchie.
3. Aggiungi le verdure, le lenticchie scolate e la pasta nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti, chiudi il coperchio, seleziona il programma Zuppa e premi Start.
4. Quando la zuppa è pronta, versala nelle ciotole, guarnendo con il prezzemolo tritato.

Consiglio:

I noodle all'uovo sono una specialità turca. Se non riesci a reperirli in un negozio di prodotti alimentari turchi, puoi sostituirla con le tagliatelle. Ricorda di spezzare la pasta prima di metterla nel Soup Maker.



FR

Soupe indienne à la tomate et à la noix de coco

La noix de coco séchée donne une belle texture à cette soupe.

- 1 piment rouge
- Un petit morceau de gingembre frais (20 grammes)
- 100 g d'oignons grossièrement hachés
- 400 g de tomates (en boîte)
- 50 ml de lait de coco
- 500 ml d'eau
- 50 g de noix de coco séchée
- Sel et poivre pour assaisonner
- Un supplément de noix de coco déshydratée, de la coriandre fraîche hachée et des flocons de piment pour décorer

Étapes :

1. Épluchez le gingembre, puis évidez et hachez grossièrement le piment.
2. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection de programme.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez la soupe dans des tasses ou des bols appropriés.
4. Garnissez avec quelques flocons de piment, de la noix de coco déshydratée et de la coriandre hachée.

Astuce :

Vous pouvez également réaliser cette soupe avec 1 cuillère à café de piment ou de pâte de curry en remplacement du piment frais.

NL

Indiase tomaten-kokossoep

De geraspte kokos geeft deze soep een aangename textuur.

- 1 rode peper
- Een stukje verse gember ter grootte van een postzegel (20 gram)
- 100 g ui, grof gehakt
- 400 g tomaten (blik)
- 50 ml kokosmelk
- 500 ml water
- 50 g geraspte kokos
- Peper en zout naar smaak
- Extra geraspte kokos, gehakte verse koriander en chilivlokken, om te garneren

Stappen:

1. Schil de gember, verwijder de zaadlijsten uit de peper en hak de peper grof.
2. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in koppen of kommen.
4. Strooi er wat chilivlokken, geraspte kokos en gehakte koriander over.

Tip:

U kunt in plaats van de verse rode peper ook 1 theelepel chilipoeder of currypasta gebruiken.

IT

Vellutata indiana di cocco e pomodoro

Le scaglie di cocco conferiscono a questa vellutata una consistenza particolare.

- 1 peperoncino rosso
- 1 pezzo di zenzero fresco (20 g)
- 100 g di cipolle tritate grossolanamente
- 400 g di pomodori pelati
- 50 ml di latte di cocco
- 500 ml di acqua
- 50 g di cocco essiccato
- Sale e pepe a piacere
- Altro cocco grattugiato, coriandolo fresco tritato e peperoncino per la guarnizione

Metodo:

1. Pela lo zenzero, togli i semi e trita grossolanamente il peperoncino.
2. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma.
3. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio e versala in alcune tazze o ciotole.
4. Completa con fiocchi di peperoncino, cocco essiccato e coriandolo tritato.

Consiglio:

Per preparare questa vellutata si può usare anche 1 cucchiaino di pasta di peperoncino o curry al posto del peperoncino fresco.



35 min

FR

Soupe de maïs doux au bacon

Cette soupe est une excellente façon de célébrer l'été. Elle peut être dégustée en entrée, mais aussi en déjeuner copieux lorsqu'elle est accompagnée de pain.

- 450 g de maïs doux (en boîte), égoutté
- 50 ml de crème
- 600 ml de bouillon de légumes
- Sel et poivre pour assaisonner
- Facultatif : branches de coriandre
- 4 tranches de bacon et quelques feuilles de coriandre supplémentaires, pour décorer

Étapes :

1. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection de programme.
2. Pendant ce temps, préparez le bacon. Faites frire les tranches de bacon dans une poêle sans matières grasses. Retirez le bacon de la poêle et déposez-le sur du papier absorbant.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez dans des bols.
4. Émiettez le bacon sur la préparation, parsemez de feuilles de coriandre et ajoutez du poivre moulu pour relever le goût.

Astuce :

Vous pouvez utiliser du maïs frais pour cette soupe. Utilisez les grains d'environ 6 à 8 épis de maïs. Relevez le goût en ajoutant 1 cuillère à café de pâte de poivron rouge.

NL

Maïssoep met bacon

Deze soep is een geweldige manier om de zomer te vieren. U kunt de soep als voorgerecht serveren, maar ook als hartige lunch met wat knapperig brood.

- 450 g maïskorrels (blik), uitgelekt
- 50 ml room
- 600 ml groentebouillon
- Peper en zout naar smaak
- Optioneel: takjes koriander
- 4 plakken bacon en extra korianderblaadjes, om te garneren

Stappen:

1. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
2. Bereid in de tussentijd de bacon. Bak de plakken bacon uit in een droge koekenpan. Laat uitlekken op keukenpapier.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in de kommen.
4. Verkruiemel de bacon boven de soep, bestrooi met korianderblaadjes en gemalen peper naar smaak.

Tip:

U kunt deze soep ook met verse maïs maken. Gebruik hiervoor de korrels van 6 – 8 kolven. Maak de soep pittiger door 1 theelepel rode peperpasta toe te voegen.

IT

Zuppa di maïs e pancetta

Questa vellutata è perfetta per festeggiare l'estate. Si può servire come antipasto o come pranzo goloso, accompagnandola con fette di pane.

- 450 g di mais in scatola, sgocciolato
- 50 ml di panna
- 600 ml di brodo vegetale
- Sale e pepe a piacere
- A scelta: ciuffi di coriandolo
- 4 fette di bacon e qualche foglia di coriandolo in più per guarnire

Metodo:

1. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma.
2. Nel frattempo, prepara il bacon facendolo dorare in una padella antiaderente, quindi appoggialo su un foglio di carta da cucina.
3. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala nelle ciotole.
4. Cospargi la zuppa di pezzetti di bacon, foglie di coriandolo e aggiungi pepe nero macinato a piacere.

Consiglio:

Puoi utilizzare anche il mais fresco per questa zuppa. Usa i chicchi di circa 6–8 pannocchie, aromatizzati aggiungendo 1 cucchiaino di pasta di pepe rosso.



35 min

FR

Crème d'asperges vertes à la purée de noisette et parmesan

- 400 g d'asperges vertes (fraîches ou en bocaux, bien égouttées),
- 130 g de pomme de terre,
- 30 g de purée de noisette,
- 10 cl de crème liquide,
- 40 cl d'eau ou de bouillon de légumes,
- 3 g de sel,
- Une pincée de poivre (1 g),
- Quelques copeaux de Parmesan.

Étapes :

1. Lavez puis coupez les asperges en tronçons d'environ 2 cm.
2. Pelez la pomme de terre et coupez également en petits morceaux.
3. Mettez les asperges, la pomme de terre, la crème liquide, la purée de noisette et le bouillon dans le Soup Maker. Salez et poivrez.
4. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection de programme.
5. Appuyez ensuite sur le bouton marche/arrêt et laissez cuire votre soupe.
6. Une fois le velouté prêt, filtrez la soupe à l'aide d'une passoire fine.
7. Servez dans des assiettes creuses, ou des bols et déposez dessus des copeaux de parmesan.

NL

Romige groene-aspergesoep met hazelnootpuree en parmezaanse kaas

- 400 g groene asperges (vers of uit een potje, goed uitgelekt)
- 130 g aardappelen
- 30 g hazelnootpuree
- 10 cl room
- 40 cl water of groentebouillon
- 3 g zout
- Een snufje peper (1 g)
- Geschaafde Parmezaanse kaas

Stappen:

1. Was de asperges en snijd ze in stukken van ongeveer 2 cm.
2. Schil de aardappelen en snijd ze in kleine stukjes.
3. Doe de asperges, aardappelen, room, hazelnootpuree en bouillon in de Soup Maker. Breng op smaak met zout en peper.
4. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
5. Druk vervolgens op de start/stop-knop om de soep te koken.
6. Zeef de soep.
7. Serveer in ondiepe kommen of soepkommen en bestrooi met de geschaafde Parmezaanse kaas.

IT

Crema di asparagi verdi con purea di nocciole e Parmigiano

- 400 g di asparagi verdi (freschi o in lattina, ben scolati)
- 130 g di patate
- 30 g di purea di nocciole
- 100 ml di panna da cucina
- 400 ml di acqua o brodo vegetale
- 3 g di sale
- Un pizzico di pepe (1 g)
- Alcune scaglie di Parmigiano

Metodo:

1. Lava gli asparagi e tagliali in pezzi di 2 cm.
2. Sbuccia le patate e tagliale in pezzi piccoli.
3. Metti gli asparagi, le patate, la panna da cucina, la purea di nocciole e il brodo nel Soup Maker. Condisci con sale e pepe.
4. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma.
5. Quindi premi il pulsante Start/Stop e lascia cuocere la tua vellutata.
6. Quando la vellutata è pronta, versala in un setaccio a maglie fini.
7. Servi la zuppa in ciotole o piatti fondi e decora con le scaglie di Parmigiano.



FR

Velouté « vegan » à la patate douce et lait d'amande

- 1 petite échalote (25 g),
- 150 g de carottes,
- 200 g de patates douces,
- 60 cl de lait d'amande,
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive,
- 3 g de sel,
- Une pincée de poivre (1 g).

Étapes :

1. Pelez les carottes, les patates douces et l'échalote. Coupez-les en petits morceaux de 2 cm environ.
2. Mettez tous les ingrédients dans le Soup Maker.
3. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection de programme.
4. Une fois le velouté cuit, versez-le dans des bols, tasses ou ramequins.
5. Saupoudrez avec un peu de poivre ou de curry.

Astuces :

- Le velouté est sans lactose, donc « Vegan ». Grâce aux patates douces, il est également à faible indice glycémique.
- On peut pousser l'exotisme de la recette un peu plus loin en ajoutant 1 cuillère à café de gingembre en poudre et un peu de curry.
- La patate douce et le lait d'amande étant légèrement sucrés, n'hésitez pas à relever le tout avec un peu de fleur de sel et/ou de piment d'Espelette !



35 min

NL

Veganistische soep van zoete aardappel en amandelmelk

- 1 sjalotje (25 g)
- 150 g wortels
- 200 g zoete aardappelen
- 60 cl amandelmelk
- 1 eetlepel olijfolie
- 3 g zout
- Een snufje peper (1 g)

Stappen:

1. Schil de wortels, zoete aardappelen en sjalot. Snijd ze in kleine stukjes van ongeveer 2 cm.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker.
3. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
4. Schenk de soep in kommen, bekertjes of schaaltjes.
5. Bestrooi met wat peper en kerriepoeder.

Tips:

- De soep is lactosevrij en dus veganistisch. Door de zoete aardappelen heeft de soep ook een lage Glycemische index.
- U kunt de soep meer pit geven met 1 theelepel gemberpoeder en wat kerriepoeder.
- De zoete aardappel en amandelmelk zijn al een beetje zoet. U kunt dus gerust een beetje zeezout en/of Espelette-peper toevoegen.

IT

Crema di patate dolci con latte di mandorle (vegana)

- 1 piccolo scalogno (25 g)
- 150 g di carote
- 200 g di patate dolci
- 600 ml di latte di mandorla
- 1 cucchiaino di olio d'oliva
- 3 g di sale
- Un pizzico di pepe (1 g)

Metodo:

1. Pela le carote, le patate dolci e lo scalogno. Tagliali in pezzi di 2 cm.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker.
3. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma.
4. Quando la vellutata è cotta, versarla in ciotole, tazze o terrine.
5. Spolverizza con un po' di pepe o polvere di curry.

Suggerimenti:

- La vellutata è priva di lattosio e quindi è vegana. Grazie alle patate dolci ha anche un basso indice glicemico.
- Si può rendere questa ricetta un po' più esotica aggiungendo 1 cucchiaino di zenzero tritato e un pizzico di polvere di curry.
- Poiché la patata dolce e il latte di mandorla sono leggermente dolci, prova ad aggiungere un po' di sale marino e/o peperoncino d'Espelette per dare un tocco piccante.



FR

Velouté de betterave, pomme granny et lait de brebis

- 400 g de betteraves crues,
- 150 g de pomme « Granny-Smith »,
- 20 g de gingembre frais et pelé (optionnel),
- 20 cl de lait de brebis,
- 1 gousse d'ail,
- 50 g de chèvre frais,
- 35 cl d'eau ou de bouillon de légumes,
- 3 g de sel,
- 1 pincée de poivre (1 g).

Étapes :

1. Pelez, puis coupez les betteraves en morceaux d'environ 2 cm.
2. Pelez la pomme, enlevez le coeur et coupez en morceaux d'environ 2 cm.
3. Mettez tous les ingrédients dans le Soup Maker.
4. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection de programme.
5. Une fois le velouté prêt, rectifiez l'assaisonnement et servez servez dans de petits ramequins ou verrines.

NL

Soep van bieten, grannysmith-appels en schapenmelk

- 400 g gekookte bieten
- 150 g grannysmithappels
- 20 g verse, geschilde gember (optioneel)
- 20 cl schapenmelk
- 1 teentje knoflook
- 50 g zachte geitenkaas
- 35 cl water of groentebouillon
- 3 g zout
- Een snufje peper (1 g)

Stappen:

1. Schil de bieten en snijd ze in stukken van ongeveer 2 cm.
2. Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd de appel in stukken van ongeveer 2 cm.
3. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker.
4. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
5. Breng de soep op smaak en serveer in kleine schaaltes of glaasjes.

IT

Crema di barbabietola con mele Granny Smith e latte di pecora

- 400 g di barbabietola cruda
- 150 g di mele Granny Smith
- 20 g di zenzero fresco e sbucciato (a scelta)
- 200 ml di latte di pecora
- 1 spicchio di aglio
- 50 g di formaggio fresco di capra
- 350 ml di acqua o brodo vegetale
- 3 g di sale
- Un pizzico di pepe (1 g)

Metodo:

1. Pela la barbabietola e tagliata in pezzi di 2 cm.
2. Pela la mela e tagliala a pezzi di 2 cm, dopo avere eliminato i torsoli.
3. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker.
4. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma.
5. Quando la vellutata è pronta, condiscila a piacere e servila in pirottini o terrine.



35 min



35 min

FR

Velouté de champignons de paris et moutarde à l'ancienne

- 300 g de champignons de Paris frais,
- 100 g de pommes de terre,
- 2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne (30 g),
- 100 ml de crème liquide,
- 600 ml d'eau ou de bouillon de légumes,
- 3 g de sel,
- Une pincée de poivre (1 g) ou deux, selon votre goût.

Étapes :

1. Coupez les champignons de paris en petits morceaux d'environ 2 cm.
2. Pelez la pomme de terre et coupez également en petits morceaux.
3. Mettez tous les ingrédients dans le Soup Maker.
4. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection de programme.
5. Une fois le velouté prêt, servez dans de petits ramequins, ou des assiettes creuses et parsemez de persil ou de ciboulette hâchée.

Astuces :

- On peut remplacer la moutarde à l'ancienne par de la moutarde fine et forte, mais attention, il faudra être moins généreux dans le dosage : une cuillère à café rase (5 g) suffira.
- Ne lavez pas les champignons avant de les couper, ils se gorgeraient d'eau et perdraient toute saveur.

NL

Romige soep van champignons en grove mosterd

- 300 g verse champignons
- 100 g aardappelen
- 2 eetlepels grove mosterd (30 g)
- 100 ml room
- 600 ml water of groentebouillon
- 3 g zout
- Peper naar smaak

Stappen:

1. Snijd de champignons in kleine stukjes van ca. 2 cm.
2. Schil de aardappelen en snijd ze in kleine stukjes.
3. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker.
4. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
5. Serveer in kleine schaalpjes of ondiepe kommen en bestrooi met gehakte peterselie of bieslook.

Tips:

- De grove mosterd kunt u vervangen door een afgestreken theelepel (5 g) sterke, fijne mosterd.
- Was de champignons niet voordat u ze snijdt, anders absorberen ze water en verliezen ze hun smaak.

IT

Crema di funghi e senape in grani

- 300 g di funghi champignon freschi
- 100 g di patate
- 2 cucchiari di senape in grani (30 g)
- 100 ml di panna da cucina
- 600 ml di acqua o brodo vegetale
- 3 g di sale
- Un pizzico o due di pepe (1 g) a piacere

Metodo:

1. Taglia i funghi in pezzi di 2 cm.
2. Sbuccia le patate e tagliale in pezzi piccoli.
3. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker.
4. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma.
5. Quando la vellutata è pronta, servila in pirottini o piatti fondi e spolverizza con prezzemolo o erba cipollina tritata.

Suggerimenti:

- La senape in grani può essere sostituita con della senape con grani macinati dal sapore più deciso, ma non usarne la stessa quantità: 1 cucchiaino raso (5 g) sarà sufficiente.
- Non lavare i funghi prima di tagliarli, si impregneranno d'acqua e perderanno il loro sapore.



35 min

FR

Chocolat chaud moussoux, façon bistrot

- 100 g de chocolat noir pâtissier (environ 52 %),
- 900 ml de lait demi-écrémé,
- 40 g de sucre de canne, ou blanc (à augmenter ou diminuer suivant le goût).

Étapes :

1. Cassez le chocolat en morceaux et mettez dans le Soup Maker avec tous les autres ingrédients.
2. Lancez le programme « Lait » en appuyant sur la touche de sélection, puis sur la touche de mise en marche.
3. Une fois le programme fini, servez dans des tasses hautes et saupoudrez de cacao en poudre ou de copeaux de chocolat.
4. Dégustez aussitôt.

Astuces :

- On peut remplacer le lait demi-écrémé par du lait d'amande, par exemple.
- Pour les amateurs de chocolats noirs, on suggère du chocolat à 70 % de cacao.

NL

Schuimige warme chocolademelk

- 100 g pure kookchocolade (ongeveer 52%)
- 900 ml magere melk
- 40 g rietsuiker of witte suiker (naar smaak)

Stappen:

1. Breek de chocolade in stukjes en doe ze in de Soup Maker met alle andere ingrediënten.
2. Kies met de selectieknop het programma voor gladde mengsels en druk vervolgens op de startknop.
3. Serveer in grote koppen en bestrooi met cacaopoeder of chocoladevlokken.
4. Direct drinken.

Tips:

- U kunt de magere melk vervangen door alternatieven als amandelmelk.
- Liefhebbers van pure chocolade raden we chocolade met 70% cacao aan.

IT

Cioccolata calda e spumosa, in stile bistrò

- 100 g di cioccolato fondente da cucina (con circa il 52% di cacao)
- 900 ml di latte parzialmente scremato
- 40 g di zucchero di canna o di zucchero bianco (indicativamente, a piacere)

Metodo:

1. Rompi il cioccolato in pezzi e mettilo nel Soup Maker con tutti gli altri ingredienti.
2. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione del programma, quindi premere il tasto Start.
3. Quando il programma ha finito, servila in tazze alte e cospargi con polvere di cacao o scaglie di cioccolato.
4. Da gustare appena fatta.

Suggerimenti:

- Il latte parzialmente scremato si può sostituire con altre opzioni, come il latte di mandorle.
- Se ami il cioccolato fondente, usa una varietà con il 70% di cacao.



FR

Velours « sucré/salé » de panais et poire, au yaourt grec

- 250 g de panais,
- 160 g de poires type « Comice » ou « Williams »,
- 100 g de pomme de terre,
- 1 yaourt à la grecque,
- 40 cl de bouillon de légumes léger,
- 4 g de sel,
- 2 pincées de poivre (2 g).

Étapes :

1. Pelez le panais, les poires et la pomme de terre. Coupez-les en petits morceaux.
2. Mettez tous les ingrédients dans le Soup Maker.
3. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection. Appuyez sur marche/arrêt et laissez le programme fonctionner jusqu'à la fin.
4. Une fois le velouté cuit, versez-le dans des bols, tasses ou ramequins. Saupoudrez avec un peu de thym émietté.

Astuces :

- On peut aussi, au moment de servir, parsemer le dessus de la soupe avec du Roquefort émietté. Il se mariera à merveille avec la poire.
- N'hésitez pas à bien assaisonner le « velours » avec le sel et le poivre, afin de relever délicatement la saveur du panais et de la poire.



35 min

NL

'Zoete/hartige' fluweelzachte pastinaak- en perensoep met Griekse yoghurt

- 250 g pastinaak
- 160 g Comice- of Bartlett-peren
- 100 g aardappelen
- 1 bak Griekse yoghurt
- 40 cl lichte groentebouillon
- 4 g zout
- 2 g peper

Stappen:

1. Schil de pastinaak, peren en aardappel. Snijd ze in kleine stukjes.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker.
3. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep. Druk op start/stop-knop en laat het programma volledig lopen.
4. Schenk de soep in kommen, bekertjes of schaaltjes. Bestrooi met een beetje gedroogde tijm.

Tips:

- U kunt ook wat Roquefort boven de soep verkruimelen bij het serveren. Dit gaat heel goed samen met de peer.
- U hoeft niet zuinig te zijn met zout en peper. Hiermee brengt u de smaak van pastinaak en peer meer naar voren.

IT

Crema dolce e salata di pastinaca e pera con yogurt greco

- 250 g pastinaca
- 160 g di pere Comice o Williams
- 100 g di patate
- 1 yogurt greco
- 400 ml di brodo vegetale leggero
- 4 g di sale
- 2 pizzichi di pepe (2 g)

Metodo:

1. Pela le pastinache, le pere e le patate. Tagliale in piccoli pezzi.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker.
3. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione. Premi Start/Stop e attendi la fine del programma.
4. Quando la vellutata è cotta, versala in ciotole, tazze o pirottini. Cospargila con un po' di timo tritato.

Suggerimenti:

- Puoi anche sbriciolare un po' di Roquefort sopra la vellutata al momento di servirla, si abbina perfettamente alla pera.
- Non temere di condire la zuppa con abbondante sale e pepe per esaltare delicatamente i sapori della pastinaca e della pera.



FR

Velouté de chou-fleur à la mimolette

- 400 g de chou-fleur en fleurette,
- 1 petite échalote (25 g),
- 70 g de Mimolette (+ copeaux de Mimolette, pour le service),
- 45 cl de bouillon de légumes,
- 10 cl de crème liquide,
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive,
- Deux pincées de cumin en poudre (2 g),
- 4 g de sel,
- Une pincée de poivre (1 g).

Étapes :

1. Coupez le chou-fleur et l'échalote épluchée, en petits morceaux d'environ 2 cm. Faites de même avec la Mimolette.
2. Mettez tous les ingrédients, en terminant par le bouillon, dans le Soup Maker.
3. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection.
4. Une fois le velouté cuit, versez-le dans des assiettes creuses et parsemez de cumin en graines et de copeaux de Mimolette. On peut ajouter des herbes aromatiques comme du cerfeuil ou du persil plat.

NL

Romige bloemkoolsoep met mimolette

- 400 g bloemkoolroosjes
- 1 sjalotje (25 g)
- 70 g Mimolette (+ geschaafde Mimolette voor bovenop)
- 45 cl groentebouillon
- 10 cl room
- 1 eetlepel olijfolie
- 2 g komijnpoeder
- 4 g zout
- Een snufje peper (1 g)

Stappen:

1. Snijd de bloemkool en de gepelde sjalotjes in kleine stukjes van ca. 2 cm. Doe dit ook met de Mimolette.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker en voeg als laatste de bouillon toe.
3. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
4. Schenk in ondiepe kommen en bestrooi met komijnzaad en geschaafde Mimolette. U kunt ook kruiden als kervel of platte peterselie toevoegen.

IT

Crema di cavolfiore con formaggio Mimolette

- 400 g di cime di cavolfiore
- 1 piccolo scalogno (25 g)
- 70 g di formaggio Mimolette (oltre a qualche scaglia per servire)
- 450 ml di brodo vegetale
- 100 ml di panna da cucina
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- 2 pizzichi di semi di cumino (2 g)
- 4 g di sale
- Un pizzico di pepe (1 g)

Metodo:

1. Taglia il cavolfiore e lo scalogno pelato in pezzi di 2 cm. Fai lo stesso con la Mimolette.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker, aggiungendo il brodo per ultimo.
3. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione.
4. Quando la vellutata è cotta, versala in piatti fondi e spolverizza con semi di cumino e scaglie di Mimolette. Puoi anche aggiungere erbe aromatiche come cerfoglio o prezzemolo a foglia piatta.



35 min



35 min

FR

Velouté de poivrons grillés à la feta

- 300 g de poivrons rouges et jaunes (environ 3 poivrons),
- 100 g de tomates mûres,
- 80 g de Feta,
- 10 cl de crème légère liquide,
- 50 cl de bouillon de légumes,
- 3 g de sel (1/2 cuillère à café),
- 2 g de poivre (2 pincées),
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive,
- 1 branche de thym, ou 5 feuilles de basilic.

Étapes :

1. Coupez les poivrons et les tomates en petits morceaux d'environ 2 cm.
2. Mettez tous les ingrédients dans le Soup Maker. On peut ajouter à ce moment, un peu de thym émietté ou de basilic, ou les réserver pour le service.
3. Remuez tous les ingrédients et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme « Lait » en appuyant sur le bouton de sélection.
4. Une fois le velouté cuit, versez-le dans des assiettes creuses, des tasses ou des bols. Saupoudrez avec un peu de Feta et de thym, ou de basilic. Terminez par un trait d'huile d'olive.

NL

Romige gegrilde paprikasoep met feta

- 300 g rode en gele paprika (ongeveer 3)
- 100 g rijpe tomaten
- 80 g feta
- 10 cl room
- 50 cl groentebouillon
- 3 g zout (1/2 theelepel)
- 2 g peper
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 takje tijm of 5 basilicumblaadjes

Stappen:

1. Snijd de paprika en tomaten in kleine stukjes van ca. 2 cm.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Op dit punt kunt u ervoor kiezen de gedroogde tijm of basilicum toe te voegen of dit te gebruiken bij het serveren.
3. Roer door de ingrediënten en sluit het deksel. Selecteer met de selectieknop het programma voor gladde soep.
4. Schenk in ondiepe kommen, bekertjes of soepkommen. Bestrooi met een beetje feta en tijm of basilicum. Besprenkel met een scheutje olijfolie.

IT

Crema di peperoni alla griglia e feta

- 300 g di peperoni rossi e gialli (circa 3)
- 100 g di pomodori maturi
- 80 g di formaggio feta
- 100 ml di panna da cucina leggera
- 500 ml di brodo vegetale
- 3 g di sale (1/2 cucchiaino)
- 2 pizzichi di pepe (2 g)
- 1 cucchiaino di olio d'oliva
- 1 pizzico di timo o 5 foglie di basilico

Metodo:

1. Taglia i peperoni e i pomodori in pezzi da 2 cm.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Puoi aggiungere un po' di timo o basilico tritati a questo punto, oppure usarli al momento di servire.
3. Mescola tutti gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona il programma Zuppa a base di latte premendo il tasto di selezione.
4. Quando la vellutata è cotta, versala in piatti fondi, tazze o ciotole. Cospargi con un po' di feta, timo o basilico. Finisci con un filo di olio di oliva.



FR

Gaspacho

Cette soupe froide d'été peut être servie en entrée ou en collation rafraîchissante par une chaude journée.

- 200 g de concombre
- 500 g de tomates pelées (en boîte ou fraîches)
- 3 gousses d'ail
- 100 g de poivron rouge
- 100 g d'oignons rouges
- 100 ml de vinaigre de vin blanc
- 100 ml d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de poivre moulu
- Sel

Étapes :

1. Coupez le concombre en morceaux de 1 cm. Coupez les tomates en petits morceaux. Émincez finement l'ail, le poivron rouge et les oignons.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, versez dans un grand récipient et laissez reposer au moins 3 heures dans le réfrigérateur avant de servir.

Astuce :

Il est important de bien assaisonner les soupes froides. Si nécessaire, ajoutez un peu de sel et de poivre à votre convenance.

NL

Gazpacho

Deze koude zomersoep kunt u serveren als voorgerecht of als verfrissend tussendoortje op een warme zomerdag.

- 200 g komkommer
- 500 g ontvelde tomaten (uit blik of vers)
- 3 teentjes knoflook
- 100 g rode paprika
- 100 g rode ui
- 100 ml witte wijnazijn
- 100 ml olijfolie
- 1 theelepel gemalen peper
- Zout

Stappen:

1. Snijd de komkommer in stukjes van 1 cm. Hak de tomaten fijn. Hak de knoflook, de rode paprika en de ui fijn.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Schenk de soep wanneer deze klaar is in een schaal en laat voor het serveren ten minste 3 uur in de koelkast afkoelen.

Tip:

Koude soepen moeten stevig worden gekruid. Voeg indien nodig nog wat peper en zout toe naar smaak.

IT

Gazpacho

Una zuppa fredda che può essere servita come antipasto o snack rinfrescante nelle calde giornate estive.

- 200 g di cetrioli
- 500 g di pomodori pelati (in scatola o freschi)
- 3 spicchi d'aglio
- 100 g di peperoni rossi
- 100 g di cipolle rosse
- 100 ml di aceto di vino bianco
- 100 ml di olio d'oliva
- 1 cucchiaino di pepe macinato
- Sale

Metodo:

1. Taglia il cetriolo a pezzetti di 1 cm. Taglia i pomodori a pezzetti. Trita finemente aglio, peperoni e cipolle.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma Vellutata e premi Start.
3. Quando la vellutata è pronta, versala in un contenitore capiente e lascia raffreddare per almeno 3 ore in frigo prima di servire.

Consiglio:

Le vellutate fredde devono essere condite bene. Se necessario, aggiungi altro sale e pepe.



3 min + 180 min

FR

Soupe froide de concombre et d'avocat

Une autre soupe froide rapide pour vous rafraîchir en été.

- 2 avocats
- 1/2 concombre
- 350 ml d'eau
- Jus d'1/2 citron vert
- 2 cuillères à soupe de menthe fraîche
- 2 cuillères à soupe de coriandre fraîche
- Sel et poivre pour assaisonner
- Facultatif : 100 ml de yaourt maigre
- Menthe et coriandre en supplément, fromage de chèvre pour décorer

Étapes :

1. Coupez les avocats en deux, ôtez les noyaux avec une cuillère et récupérez la chair. Coupez en petits dés.
2. Épluchez et coupez le concombre en morceaux d'environ 1 à 2 cm. Vous pouvez laisser une partie de la peau pour obtenir une couleur très lumineuse.
3. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Smoothie et appuyez sur Start.
4. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez la soupe dans un récipient. Placez la soupe dans le réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle soit froide. Juste avant de servir, parsemez de fromage de chèvre et saupoudrez avec les herbes hachées réservées.

NL

Koude komkommersoep met avocado

Nog zo'n snelle koude soep als verfrissend zomergerecht.

- 2 avocado's
- 1/2 komkommer
- 350 ml water
- Sap van 1/2 limoen
- 2 eetlepels verse munt
- 2 eetlepels verse koriander
- Peper en zout naar smaak
- Optioneel: 100 ml magere yoghurt
- Extra munt, extra koriander, geitenkaas om te garneren

Stappen:

1. Halveer de avocado's, verwijder de pit met een lepel en schep het vruchtvlees uit de schil. Snijd het in kleine blokjes.
2. Schil de komkommer, snijd in de lengte in vieren en vervolgens in stukjes van 1 – 2 cm. Voor een extra frisse kleur kunt u een deel van de schil laten zitten.
3. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor smoothies en druk op start.
4. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in een schaal. Zet de soep in de koelkast om af te koelen. Verkruimel vlak voor het serveren wat geitenkaas over de soep en bestrooi met wat achtergehouden, gehakte kruiden.

IT

Vellutata fredda di cetrioli e avocado

Un'altra vellutata fredda veloce da preparare per l'estate.

- 2 avocado
- 1/2 cetriolo
- 350 ml di acqua
- Succo di 1/2 lime
- 2 cucchiari di menta fresca
- 2 cucchiari di coriandolo fresco
- Sale e pepe a piacere
- A scelta: 100 ml di yogurt magro
- Menta, coriandolo e formaggio caprino per la guarnizione

Metodo:

1. Taglia gli avocado a metà, rimuovi i noccioli con un cucchiaino ed estrai la polpa. Taglia a cubetti.
2. Sbuccia e taglia in quattro parti i cetrioli, quindi riducili a pezzi di 1-2 cm. Per ottenere un colore più brillante, puoi lasciare parte della buccia.
3. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Frullato, quindi premi Start.
4. Quando la zuppa è pronta, apri il coperchio e versala in un recipiente. Lasciala riposare in frigo fino a quando non è ben fredda. Poco prima di servire, decora con il caprino sbriciolato e le erbe tritate che hai tenuto da parte.



FR

Soupe froide au babeurre avec curry et piment

Cette soupe au babeurre vous apportera toute la fraîcheur dont vous avez besoin lors des grosses chaleurs d'été.

- 1 piment rouge
- 500 g de maïs doux (en boîte)
- 100 g d'oignons hachés
- 2 gousses d'ail
- 1 cuillère à café de cumin moulu
- 1 cuillère à café de coriandre moulue
- 1 cuillère à café de poudre de curry ou de curcuma moulu
- 500 ml de bouillon de légumes
- Poivre, sel
- 500 ml de babeurre

Étapes :

1. Évidez et découpez finement le piment. Égouttez le maïs doux.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, à l'exception du babeurre. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, ouvrez le couvercle et versez la soupe dans un récipient. Ajoutez le babeurre et laissez reposer pendant au moins 3 heures (ou toute la nuit) au réfrigérateur avant de servir.

Astuce :

Si vous n'avez pas de babeurre, remplacez-le par 650 ml de lait et ajoutez 2 1/2 cuillères à soupe de jus de citron. Laissez reposer 5 minutes avant d'incorporer ce mélange dans la recette. Servez avec du pain pita de bonne qualité ou des chapatis.

NL

Koude karnemelksoep met kerrie en chili

Op warme zomerdagen wilt u graag iets koels en verfrissends. Deze karnemelksoep is het allemaal.

- 1 rode peper
- 500 g maïskorrels (blik)
- 100 g fijngehakte ui
- 2 teentjes knoflook
- 1 theelepel gemalen komijn
- 1 theelepel gemalen koriander
- 1 theelepel kerriepoeder of gemalen kurkuma
- 500 ml groentebouillon
- Peper, zout
- 500 ml karnemelk

Stappen:

1. Verwijder de zaadjes uit de peper en hak de peper fijn. Laat de maïs uitlekken.
2. Doe alle ingrediënten behalve de karnemelk in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is en schenk het mengsel in een schaal. Voeg de karnemelk toe en zet de soep voor het serveren ten minste 3 uur (of een nacht) in de koelkast.

Tip:

Als u geen karnemelk hebt, kunt u in plaats daarvan ook 650 ml melk en 2 1/2 eetlepel citroensap gebruiken. Meng de melk en het sap door elkaar en laat het 5 minuten staan voordat u het mengsel aan de soep toevoegt. Serveer met lekkere pitabroodjes of chapati's.

IT

Vellutata fredda al latticello con curry e chili

Questa rinfrescante vellutata di latticello è proprio ciò che serve nei giorni più caldi dell'estate.

- 1 peperoncino rosso
- 500 g di mais in scatola
- 100 g di cipolle tritate
- 2 spicchi d'aglio
- 1 cucchiaino di cumino in polvere
- 1 cucchiaino di coriandolo in polvere
- 1 cucchiaino di curry in polvere curcuma in polvere
- 500 ml di brodo vegetale
- Sale e pepe
- 500 ml di latticello

Metodo:

1. Togli i semi e trita finemente il peperoncino. Scola il mais dolce.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker, tranne il latticello. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma Vellutata e premi Start.
3. Quando la vellutata è pronta, apri il coperchio e versala in un contenitore capiente. Aggiungi il latticello e lascia raffreddare in frigo per almeno 3 ore (o per tutta la notte) prima di servire.

Consiglio:

Se non trovi il latticello, puoi usare 650 ml di latte con l'aggiunta di 2 cucchiaini e mezzo di succo di limone. Lascia riposare per 5 minuti prima di incorporarlo alla ricetta. Servi con pane pita o chapati di buona qualità.



FR

Soupe de cerises froide

Un dessert fruité après un agréable repas d'été.

- 500 g de cerises
- 100 ml de vin blanc
- 1/2-1 cuillère à café de cannelle en poudre
- 150 g de sucre
- 30 ml de jus de citron
- 350 ml d'eau
- Facultatif : crème fouettée pour décorer

Étapes :

1. Épépinez les cerises, mettez-en quelques-unes entières de côté pour la décoration.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Velouté et appuyez sur Start.
3. Lorsque la soupe est prête, versez-la dans un grand récipient et laissez refroidir au réfrigérateur pendant au moins 3 heures.
4. Servez avec quelques cerises entières fraîches et de la crème fouettée si vous le souhaitez.

Astuce :

Cette soupe froide, servie en dessert, peut également être dégustée chaude, en remplacement d'un petit vin chaud pendant la saison de Noël. Cette soupe contient un peu d'alcool. Vous pouvez le remplacer par de l'eau ou du jus d'orange.

NL

Koude kersensoep

Een fruitig dessert na een heerlijke zomerse maaltijd.

- 500 g kersen
- 100 ml witte wijn
- 1/2 - 1 theelepel gemalen kaneel
- 150 g suiker
- 30 ml citroensap
- 350 ml water
- Optioneel: opgeklopte slagroom, om te garneren

Stappen:

1. Ontpit de kersen en houd een paar hele kersen apart om te garneren.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor gepureerde soep en druk op start.
3. Open het deksel als de soep klaar is, schenk het mengsel in een grote schaal en zet ten minste 3 uur in de koelkast.
4. Serveer met de hele kersen en eventueel wat opgeklopte slagroom.

Tip:

U kunt deze koude dessertsoep ook warm serveren, als geweldig alternatief voor glühwein tijdens de feestdagen. Deze soep bevat enige alcohol. U kunt de wijn ook vervangen met water of sinaasappelsap.

IT

Vellutata fredda di ciliegie

Concludi un buon pasto estivo con questo dessert fruttato.

- 500 g di ciliegie
- 100 ml di vino bianco
- 1/2 o 1 cucchiaino di cannella in polvere
- 150 g di zucchero
- 30 ml di succo di limone
- 350 ml di acqua
- A scelta: panna montata per la guarnizione

Metodo:

1. Snocciola le ciliegie. Mettine da parte alcune che lascerai intere per decorare il piatto.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma Vellutata e premi Start.
3. Quando la vellutata è pronta, versala in un grande contenitore e raffreddala in frigorifero per almeno 3 ore.
4. Guarnisci con le ciliegie intere tenute da parte e se vuoi un po' di panna montata.

Consiglio:

Questa vellutata fredda può anche essere servita calda come alternativa al vin brulé nel periodo di Natale. È leggermente alcolica, ma puoi sostituire il vino con l'acqua o succo d'arancia, se preferisci.





FR

Compote de pommes épicée

Cette compote de pommes est délicieuse avec des crêpes maison.

- 600 g de pommes
- 200 ml de jus de pomme
- 1/8 cuillère à café de clous de girofle moulus
- Le zeste d'un demi-citron
- 100 ml d'eau
- Facultatif : 1 cuillère à café de cannelle en poudre

Étapes :

1. Pelez et évidez les pommes, puis découpez en morceaux de 2 cm.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Compote et appuyez sur Start.
3. Pour une consistance homogène, sélectionnez le programme Mixage manuel et maintenez le bouton Start appuyé pendant plusieurs secondes. Vous pouvez retirer une partie du liquide avant de mélanger pour obtenir une consistance plus épaisse.
4. Ouvrez le couvercle et servez la compote, saupoudrée de cannelle.

Astuce :

Vous pouvez également réaliser cette compote avec des poires, des coings ou de la rhubarbe, en les associant à des pommes. Le jus de pomme peut être remplacé par un volume d'eau plus important et 1 cuillère à café de sucre roux.

NL

Kruidige appelcompote

Deze appelcompote smaakt geweldig met zelfgebakken pannenkoeken.

- 600 g appels
- 200 ml appelsap
- 1/8 theelepel gemalen kruidnagel
- Geraspte schil van 1/2 citroen
- 100 ml water
- Extra: 1 theelepel gemalen kaneel

Stappen:

1. Schil de appel en verwijder de kern. Snijd de appel in stukjes van 2 cm.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor compote en druk op start.
3. Als u een glad mengsel wilt, kiest u het programma voor handmatig pureren en houdt u de startknop een paar seconden ingedrukt. U kunt wat vloeistof afgieten voordat u gaat pureren, om een dikkere compote te krijgen.
4. Open het deksel, bestuif de compote met kaneel en serveer.

Tip:

U kunt in deze compote de appels ook combineren met peren, kweeperen of rabarber. In plaats van appelsap kunt u ook meer water en 1 theelepel bruine suiker toevoegen.

IT

Composta speziata di mele

Questa composta di mele è l'abbinamento ideale per i pancake fatti in casa.

- 600 g di mele
- 200 ml di succo di mela
- 1/8 di cucchiaino di chiodi di garofano macinati
- Scorza di mezzo limone
- 100 ml di acqua
- A scelta: 1 cucchiaino di cannella in polvere

Metodo:

1. Pela le mele e tagliele a pezzetti di 2 cm, dopo avere eliminato i torsoli.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Composta, quindi premi Start.
3. Se preferisci una consistenza più uniforme, seleziona il programma di miscelazione manuale e tieni premuto il tasto Start per diversi secondi. Puoi rimuovere una parte del liquido prima di frullare per una consistenza più densa.
4. Apri il coperchio e servi la composta con una spolverata di cannella.

Consiglio:

La composta può essere preparata aggiungendo alle mele pezzi di pera, mela cotogna o rabarbaro. Il succo di mela può essere sostituito con più acqua e un cucchiaino di zucchero di canna.



FR

Compote de fraises et rhubarbe

La citronnelle et le jus d'orange apportent une petite touche estivale à ce mélange classique.

- 300 g de tiges de rhubarbe
- 400 g de fraises
- 100 ml de jus d'orange
- 3 cuillères à café de citronnelle finement hachée (morceau d'environ 5 cm)
- 50 g de sucre
- 1 gousse de vanille
- 250 ml d'eau

Étapes :

1. Retirez les feuilles de la rhubarbe, coupez les extrémités, épluchez-la et coupez-la en morceaux d'environ 1 à 2 cm. Équeutez et coupez les fraises en quartiers. Fendez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et grattez les graines. Réservez à la fois les graines et la gousse.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Compote et appuyez sur Start.
3. Pour une consistance homogène, sélectionnez le programme Mixage manuel et maintenez le bouton Start appuyé pendant plusieurs secondes. Vous pouvez retirer une partie du liquide avant de mélanger pour obtenir une consistance plus épaisse.
4. Ouvrez le couvercle et servez, ou placez au réfrigérateur jusqu'à utilisation.

Astuce :

Servez la compote sur un cheesecake, de la crème glacée ou des crêpes.

NL

Compote van rabarber en aardbeien

Citroengras en sinaasappelsap geven een grappige draai aan deze klassieke combinatie.

- 300 g rabarberstengels
- 400 g aardbeien
- 100 ml sinaasappelsap
- 3 theelepels fijngehakt citroengras (een stukje van circa 5 cm)
- 50 g suiker
- 1 vanillestokje
- 250 ml water

Stappen:

1. Verwijder het blad van de rabarber, snijd de uiteinden eraf, schil de stengels en snijd ze in stukjes van 1 – 2 cm. Verwijder het kroontje van de aardbeien en snijd ze in vieren. Snijd het vanillestokje in de lengte open en schraap de zaadjes eruit. Houd zowel het stokje als de zaadjes apart.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor compote en druk op start.
3. Als u een glad mengsel wilt, kiest u het programma voor handmatig pureren en houdt u de startknop een paar seconden ingedrukt. U kunt wat vloeistof afgieten voordat u gaat pureren, om een dikkere compote te krijgen.
4. Open het deksel en serveer, of zet de compote tot gebruik in de koelkast.

Tip:

Serveer de compote bij kwarktaart, ijs of pannenkoeken.

IT

Composta di fragole e rabarbaro

Questa classica combinazione acquista un gusto sorprendente con l'aggiunta di succo d'arancia e citronella.

- 300 g di gambi di rabarbaro
- 400 g di fragole
- 100 ml di succo d'arancia
- 3 cucchiaini di citronella tritata finemente (circa 5 cm)
- 50 g di zucchero
- 1 baccello di vaniglia
- 250 ml di acqua

Metodo:

1. Rimuovi le foglie dal rabarbaro, taglia le estremità, pelalo e taglialo in pezzi da 1-2 cm. Pulisci le fragole e tagliale in quarti. Apri a metà il baccello ed estrai i semi. Conserva sia i semi che il baccello.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Composta, quindi premi Start.
3. Se preferisci una consistenza più uniforme, seleziona il programma di miscelazione manuale e tieni premuto il tasto Start per diversi secondi. Puoi rimuovere una parte del liquido prima di frullare per una consistenza più densa.
4. Apri il coperchio e servi o mettere in frigo fino a quando necessario.

Consiglio:

Questa composta è deliziosa su cheesecake, gelati o pancake.



12 min



12 min

FR

Compote de bananes

Cette compote est un dessert savoureux, surtout si elle est servie avec de la crème glacée à la vanille.

- 600 g de bananes
- 300 ml d'eau
- 3 cuillères à soupe de rhum
- 1/2-1 cuillère à café de cannelle en poudre + une petite quantité pour décorer
- 50 g de sucre

Étapes :

1. Épluchez les bananes et coupez-les en rondelles.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker. Mélangez les ingrédients et fermez le couvercle, puis sélectionnez le programme Compote et appuyez sur Start.
3. Pour une consistance homogène, sélectionnez le programme Mixage manuel et maintenez le bouton Start appuyé pendant plusieurs secondes. Vous pouvez retirer une partie du liquide avant de mélanger pour obtenir une consistance plus épaisse.
4. Ouvrez le couvercle. Servez la compote, saupoudrée de cannelle, en accompagnement de crêpes, de crème glacée ou de gâteaux.

Astuce :

Vous pouvez choisir de ne pas ajouter de rhum. Rehaussez cette compote avec quelques raisins.

NL

Bananencompote

Deze compote is een heerlijk dessert, vooral in combinatie met vanille-ijs.

- 600 g bananen
- 300 ml water
- 3 eetlepels rum
- 1/2 - 1 theelepel gemalen kaneel + extra om te garneren
- 50 g suiker

Stappen:

1. Pel de bananen en snijd ze in plakjes.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor compote en druk op start.
3. Als u een glad mengsel wilt, kiest u het programma voor handmatig pureren en houdt u de startknop een paar seconden ingedrukt. U kunt wat vloeistof afgieten voordat u gaat pureren, om een dikkere compote te krijgen.
4. Open het deksel en serveer de compote bij pannenkoeken, ijs of cake. Bestuif met wat kaneel.

Tip:

U kunt de rum weglaten. Rozijnen zijn ook lekker in deze compote.

IT

Composta di banane

Questa composta è un dessert davvero delizioso, specialmente se abbinata a un gelato alla crema.

- 600 g di banane
- 300 ml di acqua
- 3 cucchiaini di rum
- 1/2 o 1 cucchiaino di cannella in polvere e altra cannella per la guarnizione
- 50 g di zucchero

Metodo:

1. Sbuccia le banane e tagliale a pezzi.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Composta, quindi premi Start.
3. Se preferisci una consistenza più uniforme, seleziona il programma di miscelazione manuale e tieni premuto il tasto Start per diversi secondi. Puoi rimuovere una parte del liquido prima di frullare per una consistenza più densa.
4. Apri il coperchio. Servi la composta con pancake, gelato o torta e una spolveratina di cannella.

Consiglio:

Puoi evitare di aggiungere il rum se vuoi. Per un tocco speciale puoi aggiungere un po' di uvetta.



FR

Compote de prunes à l'eau de rose

Une goutte d'eau de rose donne à cette compote un agréable parfum floral.

- 600 g de prunes
- 100 g de sucre
- 1 cuillère à soupe d'eau de rose
- Le jus d'un demi-citron
- 300 ml d'eau

Étapes :

1. Retirez les noyaux des prunes.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker et versez 300 ml d'eau. Fermez le couvercle et sélectionnez le programme Compote.
3. Pour une consistance homogène, sélectionnez le programme Mixage manuel et maintenez le bouton Start appuyé pendant plusieurs secondes. Vous pouvez retirer une partie du liquide.
4. Ouvrez le couvercle et servez.

Astuce :

Servez cette compote avec un peu de crème glacée à la vanille, des crêpes ou des scones.

NL

Pruimencompote met rozenwater

Met een scheutje rozenwater krijgt deze compote een fijne bloemengeur.

- 600 g pruimen
- 100 g suiker
- 1 eetlepel rozenwater
- Sap van 1/2 citroen
- 300 ml water

Stappen:

1. Ontpit de pruimen.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker en schenk er 300 ml water bij. Sluit het deksel en kies het compoteprogramma.
3. Als u een glad mengsel wilt, kiest u het programma voor handmatig pureren en houdt u de startknop een paar seconden ingedrukt. U kunt wat vloeistof afgieten.
4. Open het deksel en serveer de compote.

Tip:

Serveer deze compote met vanille-ijs, pannenkoeken of scones.

IT

Composta di prugne con acqua di rose

Alcune gocce di acqua di rose aggiungono un delicato aroma floreale a questa composta.

- 600 g di prugne
- 100 g di zucchero
- 1 cucchiaio di acqua di rose
- Succo di mezzo limone
- 300 ml di acqua

Metodo:

1. Togli il nocciolo alle prugne.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker, aggiungendo l'acqua per ultima. Chiudi il coperchio e seleziona il programma Composta.
3. Se preferisci una consistenza più uniforme, seleziona il programma Miscelazione manuale e tieni premuto il tasto Start per diversi secondi. Se preferisci puoi rimuovere parte del liquido.
4. Apri il coperchio e servi.

Consiglio:

Servi la composta con gelato alla vaniglia, pancake o focaccine dolci.



FR

Smoothie à la banane

Avec seulement trois ingrédients, ce mélange classique est un smoothie très facile à réaliser.

- 400 g de bananes
- 600 ml de lait
- 2 boules (100 g) de glace à la vanille

Étapes :

1. Épluchez et détaillez les bananes en tranches. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, mélangez et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme Smoothie et appuyez sur Start.
2. Lorsque le smoothie est prêt, ouvrez le couvercle et servez la préparation dans de grands verres avec une paille.

Astuce :

La crème glacée à la vanille apporte une touche de saveur et de douceur au smoothie et vous permet de refroidir rapidement le mélange. Vous pouvez également utiliser de la glace pilée avant de servir.

NL

Bananensmoothie

Voor de bereiding van deze klassieke smoothie hebt u maar drie ingrediënten nodig.

- 400 g bananen
- 600 ml melk
- 2 scheppen vanille-ijs (100 g)

Stappen:

1. Pel en hak de bananen. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor smoothies en druk op start.
2. Open het deksel als de smoothie klaar is en schenk het mengsel in hoge glazen met een rietje.

Tip:

Het vanille-ijs maakt de smoothie zoeter en geeft extra smaak. Ijs toevoegen is de snelste manier om een smoothie te koelen. U kunt ook vermalen ijsblokjes toevoegen voordat u de smoothie serveert.

IT

Frullato alla banana

Con appena tre ingredienti, questo frullato semplicissimo è un vero classico.

- 400 g di banane
- 600 ml di latte
- 2 palline di gelato alla vaniglia (100 g)

Metodo:

1. Sbuccia le banane e tagliale a fette. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola gli ingredienti e chiudi il coperchio. Seleziona quindi il programma e premi Start.
2. Quando il frullato è pronto, apri il coperchio e servilo in bicchieri alti, con una cannuccia.

Consiglio:

Il gelato alla vaniglia aggiunge un tocco di dolcezza e di sapore al frullato e velocizza il raffreddamento. Prima di servire puoi usare un po' di ghiaccio tritato.



FR

Smoothie au caramel, café et bananes

Cette boisson va vous réveiller et vous donner de l'énergie.

- 400 g de bananes
- 550 ml de lait
- 150 ml de café fort, refroidi
- 2 à 4 cuillères à soupe de caramel liquide pour parfumer

Étapes :

1. Épluchez et tranchez les bananes.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, mélangez et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme Smoothie et appuyez sur Start.
3. Lorsque le smoothie est prêt, ouvrez le couvercle et servez dans de grands verres avec une paille. Terminez la préparation en versant un filet de caramel liquide si vous aimez.

NL

Smoothie met banaan, koffie en karamel

Dit drankje maakt u wakker en geeft meteen energie

- 400 g bananen
- 550 ml melk
- 150 ml sterke koffie, afgekoeld
- 2 - 4 eetlepels karamelsaus, naar smaak

Stappen:

1. Pel en hak de bananen.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor smoothies en druk op start.
3. Open het deksel als de smoothie klaar is en serveer het mengsel in hoge glazen met een rietje. Voeg een extra druppel karamelsaus toe als u dat lekker vindt.

IT

Frullato al caramello, caffè e banana

Una bevanda perfetta per una sferzata di energia.

- 400 g di banane
- 550 ml di latte
- 150 ml di caffè forte
- 2-4 cucchiari di caramello per insaporire

Metodo:

1. Pela e affetta le banane.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Frullato, quindi premi Start.
3. Quando il frullato è pronto, apri il coperchio e servilo in bicchieri alti, con una cannuccia. Puoi decorare con un po' di salsa al caramello.



3 min



3 min

FR

Smoothie vert de carottes et d'oranges

Cette boisson se réalise avec les fanes vertes nutritives des carottes qui sont habituellement jetées.

- 150 g d'oranges
- 250 g de bananes
- 20 g de fanes de carottes vertes
- 200 g de mangue
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 400 ml d'eau

Étapes :

1. Épluchez et coupez les oranges en quatre. Épluchez et tranchez les bananes. Épluchez la mangue, ôtez-en le noyau et détaillez la chair en morceaux.
2. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, mélangez et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme Smoothie et appuyez sur Start.
3. Lorsque le smoothie est prêt, ouvrez le couvercle et servez dans de grands verres avec une paille.

Astuce :

Ajoutez quelques glaçons ou de la glace pilée avant de servir. L'huile d'olive aide votre corps à absorber les vitamines A, D, E et K de cette boisson ; ces vitamines ne peuvent être transformées qu'avec de l'huile ou des matières grasses.

NL

Sinaasappel-smoothie met wortelloof

In dit drankje gebruikt u het gezonde groene loof van de wortel dat u normaal gesproken weggooit.

- 150 g sinaasappels
- 250 g bananen
- 20 g groen wortelloof
- 200 g mango
- 1 eetlepel olijfolie
- 400 ml water

Stappen:

1. Schil de sinaasappels en snijd ze in vieren. Pel de bananen en hak ze in stukjes. Schil en ontpit de mango en hak het vruchtvlees fijn.
2. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor smoothies en druk op start.
3. Open het deksel als de smoothie klaar is en serveer het mengsel in hoge glazen met een rietje.

Tip:

Voeg voor het serveren enkele (eventueel vernalen) ijsblokjes toe. De olijfolie helpt uw lichaam de vitamines A, D, E en K in dit drankje te absorberen. Deze vitamines kunnen alleen met olie/vet worden verwerkt.

IT

Frullato verde di carota e arancia

Questa bevanda è fatta con i ciuffi verdi delle carote che di solito vengono scartati.

- 150 g di arance
- 250 g di banane
- 20 g di ciuffi verdi di carote
- 200 g di mango
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- 400 ml di acqua

Metodo:

1. Sbuccia le arance e tagliale in quarti. Sbuccia e affetta le banane. Pela il mango, toglie il nocciolo e taglia la polpa in pezzi.
2. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Frullato, quindi premi Start.
3. Quando il frullato è pronto, apri il coperchio e servilo in bicchieri alti, con una cannuccia.

Consiglio:

Aggiungi dei cubetti di ghiaccio o ghiaccio tritato prima di servire. L'olio di oliva aiuta il corpo ad assorbire in questa bevanda le vitamine A, D, E e K, che infatti possono essere assorbite solo quando vengono associate con olio o altri grassi.



FR

Smoothie au babeurre et framboises

Une merveilleuse façon de se réveiller le matin.

- 500 g de framboises fraîches
- 450 ml de babeurre
- 150 ml d'eau pétillante

Étapes :

1. Placez tous les ingrédients dans le Soup Maker, mélangez et fermez le couvercle. Sélectionnez le programme Smoothie et appuyez sur Start.
2. Lorsque le smoothie est prêt, ouvrez le couvercle et servez dans un grand verre avec une paille.

Astuce :

Vous pouvez également réaliser ce smoothie avec des bananes, des fraises, des myrtilles ou des mûres. Si vous ne trouvez pas de babeurre, vous pouvez le faire vous-même. Versez 500 ml de lait dans un bol et ajoutez 2 cuillères à soupe de jus de citron. Laissez reposer le mélange pendant 5 minutes, puis procédez selon la recette. Pour apprécier votre boisson froide, utilisez directement des ingrédients sortis du réfrigérateur, ou ajoutez un peu de glace pilée ou des glaçons lorsque la boisson est prête.



3 min

NL

Karnemelk-smoothie met frambozen

De beste manier om 's ochtends wakker te worden.

- 500 g verse frambozen
- 450 ml karnemelk
- 150 ml mineraalwater (koolzuurhoudend)

Stappen:

1. Doe alle ingrediënten in de Soup Maker. Roer de ingrediënten, sluit het deksel, kies het programma voor smoothies en druk op start.
2. Open het deksel als de smoothie klaar is en serveer het mengsel in een hoog glas met een rietje.

Tip:

U kunt ook bananen, aardbeien, bosbessen of bramen in deze smoothie gebruiken. Als u geen karnemelk kunt kopen, maakt u het gewoon zelf. Schenk 500 ml melk in een kom en roer er 2 eetlepels citroensap door. Laat 5 minuten staan en verwerk het mengsel dan zoals in het recept wordt beschreven. Als u een koud drankje wilt, gebruik dan ingrediënten die rechtstreeks uit de koelkast komen of voeg wat (eventueel vermalen) ijsblokjes toe wanneer de smoothie klaar is.

IT

Frullato di latticello e lampone

Ideale per iniziare al meglio la giornata.

- 500 g di lamponi freschi
- 450 ml di latticello
- 150 ml di acqua frizzante

Metodo:

1. Metti tutti gli ingredienti nel Soup Maker. Mescola, chiudi il coperchio e seleziona il programma Frullato, quindi premi Start.
2. Quando il frullato è pronto, apri il coperchio e versa in un bicchiere alto. Servi con una cannuccia.

Consiglio:

Per questo frullato si possono usare anche banane, fragole, mirtilli o more. Il latticello può essere acquistato già pronto oppure preparato versando 500 ml di latte in una ciotola e aggiungendo 2 cucchiari di succo di limone. Lascia riposare per 5 minuti, poi prosegui con la ricetta. Per un gusto più rinfrescante, usa ingredienti freschi di frigorifero, oppure aggiungi ghiaccio tritato o a cubetti.



© 2018 Koninklijke Philips N.V. All rights reserved. Specifications are subject to change without notice. Trademarks are the property of Koninklijke Philips N.V. (Royal Philips) or their respective owners.

Document order number: 4241 210 23432