BLENDTEC

MIXEUR

900501 TOTAL BLENDER

MANUEL D'UTILISATION



Besoin d'aide ?
Rendez-vous sur votre communauté https://sav.darty.com


blendtec
GUIDE
D'UTILISATION
blendtec

ATTENTION :
INFORMATIONS IMPORTANTES

ÇA SENT LE BRÛLÉ ? NE VOUS EN FAITES PAS – NOUS TESTONS SOIGNEUSEMENT CHACUN DE NOS MOTEURS. UNE LÉGÈRE ODEUR DE BRÛLÉ EST NORMALE, C'EST SIMPLEMENT LE MOTEUR QUI EST EN TRAIN DE SE RODER.

Nous pouvons vous aider. Appelez-nous et évitez un déplacement au magasin. Si vous avez des questions ou si vous rencontrez des problèmes avec le produit, vous pouvez visiter la page de la Foire aux questions sur (https://www.blendtec.com/faq) ou contactez-nous au 1-800-748-5400.
Notre équipe de service à la clientèle se fera un plaisir de vous aider.

Si vous êtes en dehors des États-Unis, veuillez communiquer avec nos partenaires internationaux pour obtenir de l'aide : www.blendtec.com/international-dealers

Pour obtenir des informations sur les tests RoHS de produits chimiques, visitez www.blendtec.com/compliance/rohs

INFORMATIONS SUR LA GARANTIE

Visitez notre site Web à l'adresse Blendtec.com/products/registration pour enregistrer votre produit et activer votre garantie.

Pour obtenir des informations sur la garantie de votre produit, rendez-vous sur : www.blendtec.com/warranty

AVIS POUR LES CLIENTS AUSTRALIENS : Nos produits sont offerts avec des garanties qui ne peuvent être exclues dans le cadre de la Loi de la protection des consommateurs de l'Australie. Vous avez droit à un remplacement ou un remboursement pour une défaillance majeur et à une compensation pour tout autre préjudice ou dommage prévisible. Vous avez aussi droit à la réparation ou au remplacement du produit si celui-ci n'est pas dans un état acceptable de qualité et que la défaillance n'est pas une défaillance majeure.

TABLE DES MATIÈRES

Mesures de protection importantes 22

LES BASES DU MÉLANGEUR

Versatilité 25
Remplir le récipient 26
Nettoyer le récipient 27

PRODUITS

Mélangeurs et accessoires 28

DÉMARRAGE RAPIDE, FAQ ET DÉPANNAGE

Démarrage rapide - Icônes du pavé tactile 30
FAQ et dépannage 31

RECETTES

Soupe tomate et basilic 33
Smoothie aux petits fruits rouge 34
Yogourt glacé au citron 35

Ce mélangeur est conçu pour une utilisation personnelle uniquement ! L'utilisation de ce mélangeur à des fins commerciales annule toutes les garanties.

MESURES DE PROTECTION IMPORTANTES

Lisez attentivement toutes les instructions avant d'utiliser le mélangeur Blendtec®. Suivre ces instructions vous permettra d'éviter les blessures et d'endommager l'appareil en plus de vous permettre d'avoir la meilleure expérience d'utilisation avec le mélangeur.

Évitez d'entrer en contact avec les pièces mobiles.

- Gardez TOUJOURS vos doigts, mains, cheveux et vêtements éloignés des pièces en mouvement.
- Gardez TOUJOURS les ustensiles éloignés de la douille d'entraînement et de la lame du récipient durant le fonctionnement, car ceux-ci peuvent endommager la lame ou le récipient du mélangeur.
- Ne METTEZ JAMAIS vos mains dans le récipient mélangeur et n'ajoutez pas d'ingrédients à la main lorsque le récipient du mélangeur est sur le socle-moteur.
- Ne TOUCHEZ JAMAIS la lame avec vos doigts, que le récipient du mélangeur soit sur ou à côté du socle-moteur.
- Ne PLACEZ JAMAIS le récipient du mélangeur sur la douille d'entraînement si le moteur est en marche.
- NE BOUGEZ PAS OU N'ENLEVEZ PAS le récipient du mélangeur durant le fonctionnement.

Ces précautions vous permettront d'éviter les dommages corporels et/ou d'endommager le mélangeur.

N'utilisez jamais le mélangeur s'il semble endommagé.

Si le mélangeur ne fonctionne pas correctement, contactez immédiatement un agent de service Blendtec autorisé. Si le mélangeur chute ou est endommagé d'une quelconque façon, retournez-le immédiatement à un agent de service Blendtec pour le faire vérifier, réparer, faire un ajustement électrique ou mécanique ou pour un remplacement possible.

N'utilisez jamais le mélangeur dans un liquide.

Pour éviter les risques de décharge électrique, n'exposez pas le socle-moteur à de l'eau ou autre liquide. N'utilisez pas le mélangeur à l'extérieur où celui-ci pourrait être mouillé. Ceci annulera la garantie.

Ne mettez jamais d'articles d'origine non alimentaire dans le récipient du mélangeur.

Les ustensiles, les cailloux, le verre et tout autre élément d'origine non alimentaire sont dangereux s'ils sont placés dans le récipient du mélangeur. Les dommages provoqués par des objets de cette nature annuleront la garantie. Gardez vos mains et les ustensiles éloignés du récipient du mélangeur durant l'utilisation de ce dernier pour réduire le risque de blessures corporelles graves ou d'endommager le mélangeur. Les ustensiles peuvent être utilisés uniquement lorsque le mélangeur n'est pas en cours d'utilisation.

N'utilisez jamais le mélangeur sans mettre le couvercle en place.

Ce produit NE DEVRAIT PAS être utilisé pendant plus de 5 minutes consécutives.

N'utilisez jamais le mélangeur avec des accessoires qui ne sont pas vendus par Blendtec.

L'utilisation d'accessoires non autorisés peut provoquer un incendie, une décharge électrique et/ou une blessure et annulera la garantie.

Le récipient du mélangeur doit être correctement mis en place durant l'utilisation de l'appareil.

Avertissement : ne mélangez pas de liquides chauds ou autres ingrédients chauds.

Commencer un cycle de mélange avec des liquides en ébullition ou très chauds peut entraîner des brûlures ou faire fondre le couvercle.

Soyez prudent lorsque vous mélangez en utilisant le cycle chaud/soupe.

Lorsque vous mélangez avec le cycle Soupe chaude, la friction de la lame chauffera le contenu du récipient. Le couvercle ventilé permettra de limiter la pression. Assurez-vous de ne pas entrer en contact avec la vapeur qui sort du couvercle central transparent.

Conservez ces instructions pour pouvoir les consulter ultérieurement.

Précautions à prendre avec le cordon d'alimentation

- N'UTILISEZ JAMAIS le mélangeur lorsque la fiche ou le cordon d'alimentation est brisé. Si le cordon d'alimentation fourni est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant ou par un agent de service autorisé pour éviter les risques.
- NE LAISSEZ PAS le cordon pendre de la surface de travail.
- N'UTILISEZ JAMAIS de rallonge électrique avec l'unité.
- Débranchez le moteur du mélangeur lorsque vous ne l'utilisez pas, avant de changer l'emplacement ou avant de nettoyer le mélangeur.

N'essayez jamais de réparer le socle-moteur.

N'enlevez jamais le couvercle du moteur du mélangeur. Le moteur du mélangeur ne contient aucune pièce susceptible d'être réparée ou d'être réglée. Un agent de service qualifié doit faire tous les réglages de service nécessaires. Le fait d'enlever le couvercle ou d'essayer de réparer le mélangeur annulera la garantie.

Mettez l'appareil hors tension lorsque vous ne l'utilisez pas.

L'interrupteur sur tous les mélangeurs de la série Classic et Pro750 est situé à l'arrière du socle-moteur. L'interrupteur pour tous les mélangeurs de la série Designer et Professional 800 se trouve dans le coin supérieur droit du pavé tactile.

Évitez de toucher la douille d'entraînement ou l'arbre d'entraînement sur le récipient du mélangeur après l'utilisation !

La douille d'entraînement du mélangeur et l'arbre d'entraînement du récipient peuvent devenir très chauds après le cycle de mélange.

Instructions spéciales pour l'accessoire Blendtec Go.

- N'UTILISEZ JAMAIS l'accessoire Blendtec GO à moins que le gobelet ne soit solidement fixé au microniseur.
- N'UTILISEZ JAMAIS le cycle soupe ou le mélangeur durant plus de 60 secondes avec l'accessoire GO installé sur le socle-moteur.

Sécurité

Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes (incluant des enfants) avec des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou qui présentent un manque d'expérience et de connaissances, à moins d'être sous la supervision d'une autre personne ou d'avoir reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Les enfants doivent être supervisés afin de s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.

Placement sur le comptoir

- Sélectionnez un emplacement près d'une prise de courant. Considérez aussi la proximité des ingrédients et l'espace disponible sur le comptoir.
- Placez le mélangeur sur le comptoir à un endroit où les prises d'air sur les côtés et l'échappement à l'arrière du mélangeur sont dégagés.
- Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace par-dessus et sous l'unité pour permettre un mouvement sans contrainte du capot d'insonorisation, le cas échéant.
- Branchez l'unité sur une prise de courant avec une protection électrique appropriée.
- Pour les instructions d'installation sur le comptoir du Pro 750, veuillez consulter le guide d'utilisation en ligne à l'adresse : https://www.blendtec.com/support/guides

Ce mélangeur est conçu pour une utilisation personnelle uniquement ! L'utilisation de ce mélangeur à des fins commerciales annule toutes les garanties.

N'utilisez jamais le mélangeur avec le récipient rempli au-delà de la capacité maximale marquée sur celui-ci.

Pour obtenir plus d'information, rendez-vous sur le site www.blendtec.com.

LES BASES DU MÉLANGEUR



VERSATILITÉ

Blendtec vous offre beaucoup plus qu'un mélangeur — il peut être utilisé pour beaucoup d'autres applications dans la cuisine, incluant :

Mélange

Cette fonction de base peut être utilisée pour faire des smoothies, des pâtes à frire, des mélanges de boisson, de la crème fouettée et des vinaigrettes.

Pour utiliser la fonction de mélange de base, sélectionnez la vitesse désirée puis mettez en marche jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.

Broyage humide

Le mélangeur agit comme broyeur humide lorsque vous broyez des aliments qui contiennent de l'humidité, comme des grains imbibés et de la viande crue.

Utilisez la fonction d'impulsion pour broyer à la consistance désirée.

Assurez-vous de nettoyer complètement le mélangeur après avoir broyé de la viande crue pour éviter toute contamination croisée.

Broyage à sec

Moudre ou broyer les légumes ou les grains entiers pour les utiliser dans les céréales chauds, les produits de boulangerie-pâtisserie et les pains.

Pour mouler des grains, pulsez selon le degré de mouture désiré ou utilisez les commandes de vitesse manuelle, mélangez plus longtemps pour une mouture plus fine.

La mouture à sec est aussi utilisée pour faire de la chapelure ou pour moudre des biscuits Graham. Pulsez jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.

Préparation de jus à partir d'aliments entiers

La préparation de jus à partir d'aliments entiers offre tous les avantages du jus en plus de fournir les fibres contenues dans les fruits ou les légumes.

Pour créer un jus à partir d'aliments entiers, mélangez à vitesse élevée durant 50 secondes.

Hachage humide

Le hachage humide est une façon simple de hacher des ingrédients comme les carottes et les céleris. Ajoutez simplement de l'eau avec les aliments que vous voulez hacher afin de permettre aux ingrédients de circuler dans le récipient du mélangeur. Après avoir terminé le hachage, égouttez vos ingrédients hachés. Vous pouvez aussi utiliser le liquide restant pour les smoothies, les sauces et les soupes.

Pour le hachage humide, pulsez 8 à 12 fois ou jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.

Hachage à sec

Le mélangeur peut hacher facilement et rapidement des noix, des fromages durs, de la noix de coco et d'autres ingrédients durs, tout en facilitant le nettoyage.

Pour le hachage à sec, utilisez la fonction d'impulsion ou mélangez à vitesse moyenne élevée. Pour de meilleurs résultats, hachez les ingrédients en petite quantité.

Préparations de desserts glacés

Ce mélangeur permet de préparer de la crème glacée molle, des sorbets, des yogourts glacés et bien plus encore. Pour les recettes glacées, mélangez à basse vitesse durant 15 secondes, puis mélangez à vitesse moyenne à élevée jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.

Pâtes à frire

Après avoir moulu des grains, le même récipient de mélangeur peut être utilisé pour combiner la farine et les ingrédients humides dans la pâte.

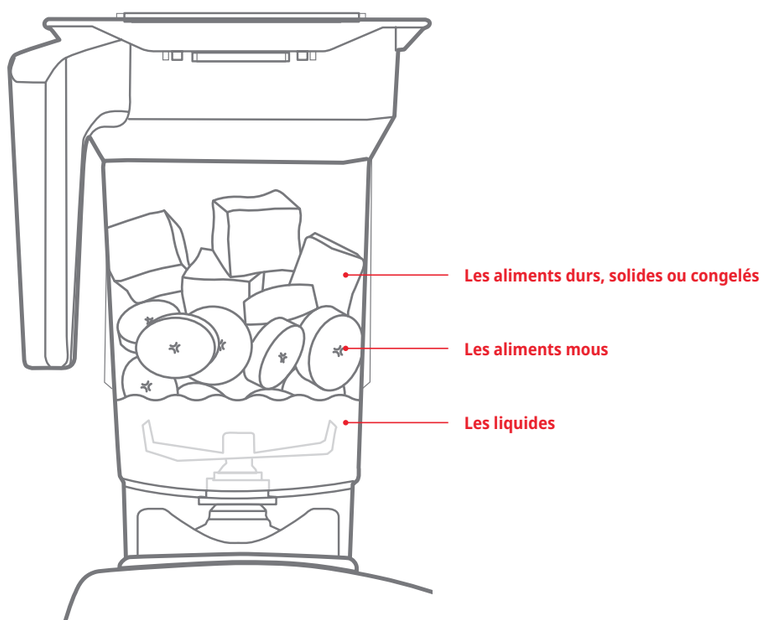
REMPLIR LE RÉCIPIENT

Pour obtenir de meilleurs résultats, mettez toujours les ingrédients dans le récipient en respectant l'ordre suivant :

1. Liquides (par exemple, l'eau, le jus, le lait)
2. Les solides mous (par exemple, le beurre d'arachide, les bananes et autres fruits et poudres)
3. Les articles plus durs, solides ou congelés (par exemple, les carottes, les fraises congelées, la glace)

Le remplissage de manière approprié du récipient du mélangeur aide à réduire la cavitation. Pour obtenir plus d'information sur la cavitation, rendez-vous à la section dépannage.

Remarque : lorsque vous utilisez l'accessoire Blendtec GO, inversez le processus de remplissage, ajoutez la glace et les ingrédients durs en premier dans le gobelet, puis les ingrédients mous et liquides.

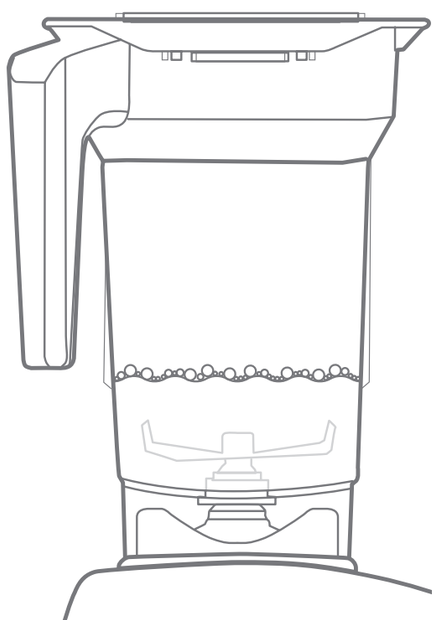


NETTOYER LE RÉCIPIENT

Avant d'utiliser le récipient pour la première fois (et chaque fois que vous l'utilisez), suivez ces étapes simples de nettoyage :

1. Ajoutez une tasse (240 ml) d'eau et une goutte de produit de vaisselle au récipient.
2. Placez le récipient sur le mélangeur ; appuyez sur le cycle Nettoyage ou pulsez durant 10 secondes.
3. Jetez le contenu puis rincez avec de l'eau chaude.

Pour nettoyer le socle-moteur, essuyez simplement avec un linge humide ou du produit de vaisselle doux. L'utilisation d'autres produits chimiques peut provoquer des dommages esthétiques au socle-moteur. Lorsque vous utilisez l'accessoire Blendtec GO, assurez-vous d'enlever le joint d'étanchéité du microniseur et nettoyez complètement les deux pièces après chaque utilisation.



MÉLANGEURS ET ACCESSOIRES

Chacun de nos récipients et accessoires est conçu pour vous faciliter la vie dans la cuisine. En plus de vous permettre de préparer des mélanges onctueux, nos produits sont aussi conçus pour offrir un fonctionnement sécuritaire et pour être faciles à nettoyer.



Modèle Classic

Le modèle Classic offre une puissance de catégorie commerciale combinée à une polyvalence incroyable dans un appareil ultime tout-en-un.

- Socle-moteur du Classic
- Récipient sans BPA avec couvercle ventilé



Modèle Designer

Le modèle Designer offre une technologie de mélange de pointe ainsi qu'une vaste gamme de fonctions faciles à utiliser.

- Socle-moteur du Designer
- Récipient sans BPA avec couvercle ventilé



Modèle Professional

Offrez-vous le meilleur mélangeur commercial dans votre cuisine.

- Socle-moteur du Professional
- Récipient sans BPA avec couvercle ventilé



FourSide™ Jar

Le récipient FourSide est parfait pour les mélanges de smoothies et les boissons de taille moyenne. Il est aussi idéal pour :

- La crème glacée
- Moudre des grains
- Les soupes
- Les trempettes et les pâtes à frire



Twister™ Jar

Le Twister Jar mélange les recettes les plus épaisses avec facilité ! Parfait pour :

- Les chapelures de pain et de biscuits
- Les beurres de noix
- L'hummus
- Les aliments pour bébé



Blendtec Go™

Le Blendtec Go™ vous permet de mélanger dans un gobelet jetable ou dans le récipient portatif pratique. Idéal pour :

- Les smoothies
- Les trempettes
- Les boissons protéinées



Wildside+™ Jar

Le WildSide+ Jar est muni de deux arêtes verticales sur les parois intérieures pour perturber le déplacement des fluides dans le mélangeur afin d'accélérer le processus de mélange.

- Les recettes à volume élevé
- Les smoothies
- Les trempettes et les pâtes à frire
- Les jus à partir d'aliments entiers



Mini Wildside™ Jar

Le mélangeur Mini Wildside Jar est une version plus petite du récipient mélangeur Wildside +. Petit, mais puissant, il est parfait pour :

- Les smoothies
- Les boissons protéinées
- Les jus
- La pâte à frire

FRANÇAIS

Les images du produit ne sont pas à l'échelle

Pour obtenir plus d'information, rendez-vous sur le site www.blendtec.com.

DÉMARRAGE RAPIDE - ICÔNES DU PAVÉ TACTILE

Les cycles de mélange sont des cycles minutés conçus pour des types de mélange spécifiques. Ces cycles à une touche augmentent et diminuent la vitesse, et ils arrêtent l'appareil automatiquement pour plus de facilité d'utilisation. Les mélangeurs peuvent offrir certains des cycles préprogrammés suivants pour vous aider à réaliser une grande variété de recettes et à accomplir de nombreuses tâches.

Trempettes
Vinaigrettes, trempettes, sauces, pâtes à frire

Jus à partir d'aliments entiers
Jus, jus verts

Smoothies
Smoothies aux fruits, jus vert

Boissons mélangées
Boissons mélangées, lait frappé

Soupe chaude
Soupes, chocolats chauds, sirops, fondues

Pâtes à frire
Sauces, trempettes, vinaigrettes, pâte à frire

Crème glacée
Crème glacée, yogourt glacé, sorbets

Nettoyage
Cycle de nettoyage automatique

Mode
Permet de basculer entre le mode manuel et les cycles de mélange préprogrammés.

Augmentation de vitesse
Augmente manuellement la vitesse du mélangeur

Diminution de vitesse
Diminue manuellement la vitesse du mélangeur

Arrêt
Permet d'arrêter manuellement le cycle de mélange

Augmentation graduelle de vitesse
Cycles qui mélangent à vitesse basse, moyenne-basse, moyenne, moyenne élevée et élevée

Impulsion
Utilisé pour mélanger rapidement et émincer à haute vitesse

Cycles minutés
Soupes chaudes, pâtes à frire

+10
Ajoute 10 secondes au cycle

Curseurs tactiles

La curseur tactile vous permet de régler plus précisément la vitesse du mélangeur. Glissez simplement votre doigt vers la droite pour augmenter la vitesse du mélangeur ou vers la gauche pour diminuer la vitesse.



FAQ ET DÉPANNAGE

Le broyage est plus bruyant que d'habitude (récipient ou socle-moteur)

Retirez le récipient mélangeur de la base puis effectuez un cycle de smoothie normal. Ceci vous permettra de vérifier le bruit du moteur uniquement et d'identifier s'il y a des sons anormaux. Si aucun son anormal n'est détecté, le problème pourrait provenir du récipient du mélangeur. Veuillez consulter la section sur le dépannage du récipient du mélangeur.

Erreur « E-02 Overload »

Si le mélangeur indique une erreur « E-02 » ou « Overload », laissez l'appareil débranché durant cinq minutes, puis faites fonctionner sans le récipient. Si le moteur fonctionne correctement sans le récipient, ajoutez une tasse d'eau au récipient puis replacez-le sur le mélangeur. Faites fonctionner sur le cycle smoothie. Si le problème persiste, contactez le service à la clientèle.

Aucune alimentation

Vérifiez l'interrupteur principal sur l'appareil. Assurez-vous qu'il soit en position de marche. Si le problème persiste, branchez l'unité à une autre prise de courant. S'il n'y a toujours pas d'alimentation, contactez le service à la clientèle.

Erreur « Overtemp »

Débranchez le mélangeur puis laissez-le reposer durant 5 à 10 minutes. Faites fonctionner le mélangeur sur cycle smoothie. Si le problème persiste, contactez le service à la clientèle.

Odeur de brûlé ou de fumée

Une odeur de fumée ou de brûlé peut parfois se produire. Si vous avez des questions, veuillez contactez le service à la clientèle.

Dépannage du récipient

Après vous être assuré que l'arbre d'entraînement ait eu le temps de refroidir (au moins trois minutes), faites tourner l'arbre d'entraînement dans le fond du récipient avec vos doigts. L'arbre d'entraînement devrait tourner sans problème, révolution silencieuse avec peu de résistance. Si vous avez des résultats différents, veuillez consulter la section FAQ de notre site Web (www.blendtec.com/faq) ou bien contactez le service à la clientèle.

⚠ Erreur de touche

Essuyez le pavé tactile avec un linge sec non abrasif puis essayez d'appuyer à nouveau sur le bouton. Assurez-vous d'appuyer assez fermement afin que le contact se fasse correctement avec la sélection prévue. Si l'erreur persiste, débranchez l'unité puis laissez-la débranchée durant 20 minutes. Si le problème persiste, contactez le service à la clientèle.

Problèmes de mélange

Si le mélange semble ne pas bouger et que la lame tourne, une bulle d'air a pu se former dans le mélange. Ce phénomène s'appelle la cavitation. Si cela se produit, suivez ces étapes : (1) arrêtez le cycle de mélange, (2) enlevez le récipient du socle-moteur, (3) grattez les parois du récipient avec une cuillère ou ajoutez de l'eau chaude au mélange, (4) enlevez la cuillère puis redémarrez le mélangeur. Le mélangeur fonctionne mieux avec un rapport de solide à liquide de 1:3. Si vous faites souvent face à des problèmes de cavitation, essayez de mélanger les liquides avec les aliments les plus fibreux ou denses en premier (par exemple, le lait d'amande et les dattes) pour faire la base ou la pâte. Ajoutez les ingrédients restants pour finir le mélange.

Si ces étapes de dépannage ne résolvent pas le problème, veuillez contacter le service à la clientèle. Vous trouverez les coordonnées sur la page www. blendtec.com/company/contact



DES POSSIBILITÉS INFINIES

POUR OBTENIR PLUS D'IDÉES DE RECETTES, VISITEZ BLENDTEC.COM/RECIPES

SOUPE TOMATE ET BASILIC

Accompagnez cette soupe simple et gratifiante avec du pain pour un repas léger.

Portions : 6 portions : 240 mL

30 g	Beurre
240 mL	Bouillon de poulet
720 mL	Jus de tomate
960 mL	Tomates
10	Feuilles de basilic frais
120 mL	Crème à café

Instructions

Chauffez le beurre dans un grand poêlon, en remuant continuellement jusqu'à ce que le beurre commence à brunir. Ajoutez le bouillon et les 240 mL de jus de tomate.

Avec le récipient mélangeur WildSide+, ajoutez le reste du jus de tomate, les tomates en dés et les feuilles de basilic. Mélangez à vitesse moyenne ou moyenne-élevée durant 60 secondes ou jusqu'à ce que le mélange ait la température voulue.

Versez le mélange de tomates et de basilic dans une casserole puis laissez mijoter durant 15 à 20 minutes. Retirez du feu puis laissez refroidir un moment. Ajoutez la crème à café à la casserole puis remuez.

Garnissez avec du basilic et du poivre concassé.

Valeurs nutritives

140 calories	20 mg de cholestérol	4 g de fibres
7 g de matières grasses	590 mg de sodium	4 g de sucre
4 g de graisses saturées	18 g de glucides	5 g de protéines



FRANÇAIS



SMOOTHIE AUX PETITS FRUITS ROUGES

Pour la même quantité, les petits fruits contiennent une plus forte concentration d'antioxydants que tout autre type d'aliments.

Portions : 2 portions 420 mL par portion

300 mL	Jus de pomme
1	Banane
240 g	Framboises congelées
240 g	Fraises congelées

Instructions

Ajoutez les ingrédients au récipient du mélangeur dans l'ordre indiqué sur la recette. Placez le couvercle puis sélectionnez le mode « Smoothie ».

REMARQUE : si le mélangeur n'a pas de cycle pour les « Smoothies », mélangez à vitesse moyenne jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.

Valeurs nutritives

230 calories	0 mg de cholestérol	12 g de fibres
1,5 g de matières grasses	10 mg de sodium	33 g de sucre
0 g de graisse saturée	56 g de glucides	3 g de protéines



FRANÇAIS

YOGOURT GLACÉ AU CITRON

Servez ce délicieux dessert glacé avec vos petits fruits de saison préférés.

Portions : 8 portions 120 mL par portion

80 mL	Jus de citron frais
360 mL	Yogourt de lait entier à la vanille
30 mL	Sirop d'agave
1/2	Banane
960 g	Glace

Instructions

Ajoutez les ingrédients au récipient du mélangeur dans l'ordre indiqué sur la recette puis placez le couvercle. Mélangez à basse vitesse durant 15 secondes, puis mélangez à haute vitesse jusqu'à l'obtention de la consistance désirée. Servez avec vos petits fruits préférés ou une garniture de yogourt.

Valeurs nutritives

72 calories	6 mg de cholestérol	1 g de fibres
1,5 g de matières grasses	25 mg de sodium	11 g de sucre
1 g de graisses saturées	13,5 g de glucides	1,5 g de protéines



OWN-RN-280 A01 Manual, Owners, Residential, All Models, ENG, FRE, SPA, GER, Jan 2018