



Soup maker

40 Recipes
40 Recetas
40 Rezepte

PHILIPS



Puréed soup

Crema
Pürierte Suppe

(EN)

- 7 Classic tomato soup with garlic bread
- 9 Leek soup
- 11 Curried carrot soup
- 13 Green pea soup with goat's cheese crostini
- 15 Indian tomato coconut soup
- 17 Broccoli and stilton soup
- 19 Cumin flavored velvety pumpkin soup
- 21 Fresh beetroot soup
- 23 Cream of courgette soup
- 25 Sweet corn soup with beef bacon
- 27 Indian styled lentil soup
- 29 Chickpea soup with sweet potato
- 31 Carrot & mango soup
- 33 Cauliflower soup with crunchy ham
- 35 Prawn bisque
- 37 Cream of mushrooms

(ES)

- 7 Sopa de tomate clásica con pan de ajo
- 9 Sopa de puerros
- 11 Sopa de zanahoria al curry
- 13 Sopa de guisantes verdes con tosta de queso de cabra
- 15 Sopa india de coco y tomate
- 17 Sopa de brócoli y stilton
- 19 Sopa de calabaza suave con sabor a comino
- 21 Sopa de remolacha fresca
- 23 Crema de calabacín
- 25 Sopa de maíz dulce con bacon
- 27 Sopa de lentejas estilo indio
- 29 Sopa de garbanzos con boniato
- 31 Sopa de zanahoria y mango
- 33 Sopa de coliflor con jamón crujiente
- 35 Crema de langostinos
- 37 Crema de champiñones

(DE)

- 07 Klassische Tomatensuppe mit Knoblauchbrot
- 09 Lauchsuppe
- 11 Karotten-Curry-Suppe
- 13 Grüne Erbsensuppe mit Ziegenkäse-Crostini
- 15 Indische Tomaten-Kokos-Suppe
- 17 Brokkoli-Stilton-Suppe
- 19 Cremige Kürbissuppe mit Kreuzkümmelaroma
- 21 Frische Rote-Bete-Suppe
- 23 Zucchini-Creme-Suppe
- 25 Zuckermaissuppe mit Rinderspeck
- 27 Linsensuppe Indische Art
- 29 Kichererbsensuppe mit Süßkartoffel
- 31 Karotten-Mango-Suppe
- 33 Blumenkohlsuppe mit Knusperschinken
- 35 Garmelen-Bisque
- 37 Pilzcreme



Chunky Soup

Sopa con trozos
Suppe mit Stückchen

- 39 Easy chicken soup
- 41 Summer minestrone with rice
- 43 Vegetable tortellini soup
- 45 Mulligatawny
- 47 Lentil soup with eriste noodles
- 49 Thai tom kha
- 51 Cabbage & meatballs soup

- 39 Sopa de pollo
- 41 Minestrone de verano con arroz
- 43 Sopa de tortellini y verduras
- 45 Mulligatawny
- 47 Sopa de lentejas con fideos eriste
- 49 Thai tom kha
- 51 Sopa de col y albóndigas

- 39 Einfache Hühnersuppe
- 41 Sommerliche Minestrone mit Reis
- 43 Gemüsetortellini-Suppe
- 45 Mulligatawny
- 47 Linsensuppe mit Eriste-Nudeln
- 49 Thai Tom Kha
- 51 Kohlsuppe mit Fleischklößchen



Cold Soup

Sopas frías
Kaltschalen

- 53 Gazpacho
- 55 Chilled cucumber and avocado soup
- 57 Chilled cherry soup
- 59 Minty melon soup

- 53 Gazpacho
- 55 Sopa fría de pepino y aguacate
- 57 Sopa fría de cerezas
- 59 Sopa de melón a la menta

- 53 Gazpacho
- 55 Kalte Gurken- und Avocado-Suppe
- 57 Kirschkaltschale
- 59 Minzige Melonensuppe



Grain & lentil

Cereal y lenteja
Getreide und Linsen

(EN)

- 61 Tabbouleh of quinoa
- 63 Lentil salad
- 65 Toasted buckwheat side dish

(ES)

- 61 Tabulé de quinua
- 63 Ensalada de lentejas
- 65 Acompañamiento de trigo sarraceno tostado

(DE)

- 61 Quinoa-Taboulé
- 63 Linsensalat
- 65 Getoasteter Buchweizen als Beilage



Compote

Compota
Kompott

- 67 Spiced apple compote
- 69 Rhubarb and strawberry compote
- 71 Banana compote
- 73 Peach compote with rosewater

- 67 Compota de manzana especiada
- 69 Compota de ruibarbo y fresa
- 71 Compota de plátano
- 73 Compota de melocotón con agua de rosas

- 67 Würziges Apfelkompott
- 69 Erdbeer-Rhabarber-Kompott
- 71 Bananenkompott
- 73 Pfirsichkompott mit Rosenwasser



Smoothie & frozen yoghurt

Batido y yogur helado
Smoothie und Joghurteis

- 75 Banana smoothie
- 77 Raspberry buttermilk smoothie
- 79 Green salad smoothie
- 81 Coffee chocolate shake
- 83 Instant strawberry frozen yoghurt
- 85 Instant frozen yoghurt: mango

- 75 Batido de plátano
- 77 Batido de frambuesa y suero de leche
- 79 Batido de ensalada verde
- 81 Batido de chocolate y café
- 83 Yogur helado de fresas instantáneo
- 85 Yogur helado instantáneo: mango

- 75 Bananen-Smoothie
- 77 Himbeer-Buttermilch-Smoothie
- 79 Smoothie mit grünem Salat
- 81 Kaffee-Schokoladen-Shake
- 83 Schnelles Joghurteis: Erdbeere
- 85 Schnelles Joghurteis: Mango



Your favorite soups, compotes and smoothies made easy

Healthy. Delicious. Homemade.

Tus sopas, compotas y batidos favoritos fácilmente

Sanos, deliciosos y preparados en casa.






Ihre leckersten Suppen, Kompotts und Smoothies leicht gemacht

Gesund. Köstlich. Selbst gemacht.

(EN)

The Philips Soup maker helps you make your favorite soups, compotes and smoothies

The Philips Soup maker has 5 settings, 4 automated programs where temperature and time are set for the perfect result and a manual blending function

	Puréed Soup – 23 minutes
	Chunky Soup – 20 minutes
	Compote – 15 minutes
	Smoothie – 3 minutes (without heating)
	A manual blending function

Use the manual blending function to blend without heating. It allows you to blend any recipe to the desired consistency.

Note: for manual blending you can keep the button pressed as long as you want the appliance to blend. When you release the button the blending will stop.

Preparing the ingredients

- For the best taste use fresh, seasonal ingredients
- Cut the ingredients in cubes of 2cm for the best results
- When preparing soup, defrost ingredients before putting them into the Soup maker. This is not necessary for cold recipes
- Stir the ingredients in the Soup maker before putting the lid on
- Select the desired program with the select button
- Press the on button to start the program






Tips & Tricks

- For a perfect result always stay between the min and max markings of the jar. • You can adjust the consistency of your soup, by adding more or less liquid. • If ingredients stick to the bottom of the jar you may need to add additional liquid. • When the soup is ready the stainless steel jar will keep the soup warm for up to 40 min, allowing you to serve at any moment. • The following recipes will make up to 1,2 liter of soup (approximately 4 portions).

(ES)

El robot para sopas y cremas de Philips te ayuda a preparar tus sopas, compotas y batidos preferidos

El robot para sopas y cremas de Philips dispone de 5 ajustes, 4 programas automáticos en los que la temperatura y el tiempo están ajustados para obtener unos resultados perfectos y una función de batido manual.

	Crema 23 minutos
	Sopa con trozos: 20 minutos
	Compota: 15 minutos
	Batido: 3 minutos (sin calentar)
	Función de mezclado manual

Use la función de batido manual para batir sin calentar. Utiliza esta función para mezclar sin calentar. Permite mezclar cualquier receta con la consistencia deseada. Nota: Para mezclar manualmente, puedes mantener pulsado el botón todo el tiempo que desees que mezcle el aparato. Cuando sueltes el botón, se detendrá el mezclado.

Preparación de los ingredientes

- Para obtener el mejor sabor, utiliza ingredientes frescos de temporada
- Corta los ingredientes en dados de 2 cm para obtener los mejores resultados
- Al preparar sopa, descongela los ingredientes antes de colocarlos en el robot para sopas y cremas de Philips. Esto no es necesario en el caso de recetas frías
- Remueve los ingredientes en el robot antes de colocar la tapa
- Selecciona el programa que desees con el botón de selección
- Pulsa el botón de encendido para iniciar el programa






Consejos y trucos

- Para obtener unos resultados perfectos, respeta siempre las marcas de mínimo y máximo de la jarra. • Puedes ajustar la consistencia de la sopa añadiendo más o menos líquido. • Si los ingredientes se pegan al fondo de la jarra, puede que debas añadir más líquido. • Cuando la sopa esté lista, la jarra de acero inoxidable la mantendrá caliente durante un máximo de 40 minutos, para que puedas servirla en cualquier momento. • Las siguientes recetas sirven para preparar hasta 1,2 litros de sopa (4 porciones aproximadamente).

(DE)

Der Philips Suppenzubereiter hilft Ihnen bei der Zubereitung Ihrer leckersten Suppen, Kompotts und Smoothies

Der Philips Suppenzubereiter bietet 5 Einstellungen, 4 automatisierte Programme, in denen Temperatur und Zeit für das optimale Ergebnis festgelegt sind, sowie ein Benutzerhandbuch. Mixfunktion

	Pürierte Suppe: 23 Minuten
	Suppe mit Stückchen: 20 Minuten
	Kompott: 15 Minuten
	Smoothie: 3 Minuten (ohne Erhitzen)
	Funktion für manuelles Mixen

Verwenden Sie die Funktion für manuelles Mixen, um ohne Erhitzen zu mixen. Mit dieser Funktion können Sie jedes Rezept in der gewünschten Konsistenz mixen. Hinweis: Beim manuellen Mixen können Sie die Taste so lange gedrückt halten, wie Sie möchten. Wenn Sie die Taste loslassen, hört das Gerät mit dem Mixen auf.

Vorbereiten der Zutaten

- Verwenden Sie für das beste geschmackliche Ergebnis frische, saisonale Zutaten.
- Schneiden Sie die Zutaten für ein optimales Ergebnis in 2 cm große Würfel.
- Wenn Sie eine Suppe zubereiten, sollten Sie die Zutaten zunächst auftauen, bevor Sie sie in den Suppenzubereiter geben. Dies ist jedoch bei Rezepten für Kaltschalen nicht notwendig.
- Rühren Sie die Zutaten im Suppenzubereiter um, bevor Sie den Deckel darauf setzen.
- Wählen Sie das gewünschte Programm über die Auswahltaste aus.
- Drücken Sie den Ein-/Ausschalter, um das Programm zu starten.

Tipps und Tricks

- Um ein optimales Ergebnis zu erzielen, sollten Sie immer innerhalb der Mindest- und Maximalmarkierung des Behälters bleiben. • Sie können die Konsistenz Ihrer Suppe verändern, indem Sie mehr oder weniger Flüssigkeit hinzugeben. • Sollten Zutaten am Boden des Bechers festkleben, müssen Sie eventuell mehr Flüssigkeit hinzugeben. • Wenn die Suppe fertig ist, hält der Edelstahlbecher sie bis zu 40 Minuten lang warm, sodass Sie sie zu jedem Zeitpunkt servieren können. • Die folgenden Rezepte sind auf bis zu 1,2 Liter Suppe (etwa 4 Portionen) ausgelegt.



(EN)

CLASSIC TOMATO SOUP WITH GARLIC BREAD

This Italian classic is always a winner. It's at its best when you use ripe summertime tomatoes and fresh basil, but canned tomatoes work fine too.

500 g skinned tomatoes
30 g tomato puree
1 garlic clove
100 g skinned carrot
600 ml vegetable stock
½ tbsp dried herbs: thyme, oregano or rosemary
1 tbsp olive oil
½ tbsp white wine vinegar
pepper & salt, to taste
Optional: fresh basil, to taste
cream or crème fraîche, to serve

Procedure:

- Quarter the tomatoes, cut the carrot in 2-3 cm pieces. Peel the garlic.
- Place the soup ingredients into the Soup maker.
- Close the lid, select the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls. Add a swirl of cream or dollop of crème fraîche. Serve with toasted garlic bread.

Tip:

The carrot can be replaced by more tomatoes.

(ES)

SOPA DE TOMATE CLÁSICA CON PAN DE AJO

Este clásico italiano es siempre un acierto. Obtendrás los mejores resultados si utilizas tomates de verano maduros y albahaca fresca, aunque también puedes usar tomates en lata.

500 g de tomates pelados
30 g de puré de tomate
1 diente de ajo
100 g de zanahoria pelada
600 ml de caldo de verduras
½ cucharada de hierbas secas: tomillo, orégano o romero
1 cucharada de aceite de oliva
½ cucharada de vinagre de vino blanco
sal y pimienta al gusto
Opcional: albahaca fresca al gusto
nata o crème fraîche para servir

Pasos:

- Corta los tomates en cuartos y la zanahoria en trocitos de 2 a 3 cm. Pela el ajo. Añade los ingredientes al Más que sopas.
- Cierra la tapa y selecciona el programa de cremas.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y vierte la sopa en recipientes. Termina con un chorrito de nata o una cucharada de crème fraîche. Sírvela con pan de ajo.

Consejo:

Puedes sustituir la zanahoria por más tomates.

(DE)

KLASSISCHE TOMATENSUPPE MIT KNOBLAUCHBROT

Dieser italienische Klassiker ist immer die richtige Wahl. Sie schmeckt besonders gut, wenn Sie reife Sommertomaten und frischen Basilikum verwenden, Tomaten aus der Dose tun es aber auch.

500 g geschälte Tomaten
30 g passierte Tomaten
1 Knoblauchzehe
100 g geschälte Karotten
600 ml Gemüsebrühe
½ EL getrocknete Kräuter: Thymian, Oregano oder Rosmarin
1 EL Olivenöl
½ EL Weißweinessig
Pfeffer und Salz zum Abschmecken
Optional: frischer Basilikum, nach Geschmack
Sahne oder Crème Fraîche zum Garnieren

Zubereitung:

- Vierteln Sie die Tomaten, und schneiden Sie die Karotten in 2-3 cm große Stücke. Schälen Sie den Knoblauch.
- Geben Sie die Suppenzutaten in den Suppenzubereiter.
- Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen aus.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie sie in Schalen. Garnieren Sie sie mit einem Klecks Sahne oder Crème Fraîche, und servieren Sie sie mit geröstetem Knoblauchbrot.

Tipp:

Statt der Karotten können Sie weitere Tomaten verwenden.



23 MIN



(EN)

LEEK SOUP

Leeks can be found all year round but they're at their best from October through to May.

Soup:

350 g leeks
50 g potato
50 g chopped onions
1 garlic clove
750 ml chicken stock
fresh thyme leaves
pepper & salt, to taste

Mustard vinaigrette:

1 tsp of mustard
1 tsp capers
½ tbsp lemon juice
1 tbsp olive oil
fresh parsley

Procedure:

- Rinse the leeks and slice into 1 cm rings. Peel and cut the potato into 2.5 cm pieces.
- Put all the soup ingredients into the Soup maker, close the lid and press the Puréed soup program.
- Meanwhile, mix the vinaigrette ingredients together in a small bowl.
- When the soup is ready, open the lid and pour into pretty soup bowls. Swirl some of the vinaigrette into the soup and serve.

Tip:

You can serve this soup cold if you like. Chill it for at least 3 hours.

(ES)

SOPA DE PUERROS

Los puerros están disponibles todo el año, pero su mejor momento es de octubre a mayo.

Sopa:

350 g de puerros
50 g de patatas
50 g de cebolla picada
1 diente de ajo
750 ml de caldo de pollo
hojas de tomillo fresco
sal y pimienta al gusto

Vinagreta de mostaza:

1 cucharada de mostaza
1 cucharada de alcaparras
½ cucharada de zumo de limón
1 cucharada de aceite de oliva
perejil fresco

Pasos:

- Lava los puerros y córtalos en rodajas de 1 cm. Pela y corta las patatas en trozos de 2,5 cm.
- Coloca todos los ingredientes en el robot, cierra la tapa y pulsa el programa de crema.
- Mientras tanto, mezcla los ingredientes de la vinagreta en un recipiente pequeño.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y viértela en unos cuencos para sopa adecuados. Añade un poco de vinagreta a la sopa y sírvela.

Consejo:

Si lo deseas, puedes servir esta sopa fría. Enfríala al menos durante 3 horas.

(DE)

LAUCHSUPPE

Lauch ist das ganze Jahr über erhältlich, bietet jedoch zwischen Oktober und Mai den besten Geschmack.

Suppe:

350 g Lauch
50 g Kartoffeln
50 g gehackte Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
750 ml Hühnerbrühe
frische Thymianblätter
Pfeffer und Salz zum Abschmecken

Senfvinaigrette:

1 TL Senf
1 TL Kapern
½ EL Zitronensaft
1 EL Olivenöl
frische Petersilie

Zubereitung:

- Waschen Sie den Lauch, und schneiden Sie ihn in 1 cm breite Ringe. Schälen und schneiden Sie die Kartoffeln in 2,5 cm große Stücke.
- Geben Sie alle Suppenzutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und drücken Sie die Taste für das Programm für pürierte Suppen.
- Mischen Sie in der Zwischenzeit die Zutaten für die Vinaigrette in einer kleinen Schüssel zusammen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie sie in ansprechende Suppenschüsseln. Geben Sie etwas Vinaigrette in die Suppe, und servieren Sie sie.

Tipp:

Sie können diese Suppe auch kalt servieren. Lassen Sie sie dazu mindestens 3 Stunden lang abkühlen.



23 MIN



(EN)

CURRIED CARROT SOUP

Carrot is a very versatile ingredient for soups. Try this curry and coconut combination.

350 g carrot
 50 g potato
 50 g chopped onions
 750 ml vegetable stock
 pepper & salt, to taste
 2 tsp curry powder
 100ml crème fraîche or coconut milk
 Optional: 10 stalks of fresh coriander

Procedure:

- Peel the carrot and potato and cut them into 2 cm cubes.
- Place all the ingredients into the Soup maker, close the lid and press the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls or glasses.

Tip:

Vegetable crisps are a nice garnish to this soup.

(ES)

SOPA DE ZANAHORIA AL CURRY

La zanahoria es un ingrediente muy versátil para las sopas. Combínala con lima o mango, o prueba esta combinación con curry y coco.

350 g de zanahorias
 50 g de patatas
 50 g de cebolla picada
 750 ml de caldo de verduras
 sal y pimienta al gusto
 2 cucharadas de curry en polvo
 100 ml de crème fraîche o leche de coco
 Opcional: 10 tallos de cilantro fresco

Pasos:

- Pela las zanahorias y las patatas, y córtalas en dados de 2 cm.
- Coloca todos los ingredientes excepto la crema fraîche en el accesorio para sopas, cierra la tapa y pulsa el programa de crema.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa, mezcla la crema fraîche y sírvela en cuencos o vasos.

Consejo:

Las varitas de verdura son un acompañamiento ideal para esta sopa.

(DE)

KAROTTEN-CURRY-SUPPE

Karotten sind eine vielseitige Zutat für Suppen. Probieren Sie diese Curry-Kokosnuss-Kombination.

350 g Karotten
 50 g Kartoffeln
 50 g gehackte Zwiebeln
 750 ml Gemüsebrühe
 Pfeffer und Salz zum Abschmecken
 2 TL Currypulver
 100 ml Crème Fraîche oder Kokosmilch
 Optional: 10 Zweige frischer Koriander

Zubereitung:

- Schälen Sie die Karotten und Kartoffeln, und schneiden Sie sie
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie sie in Schalen oder Gläser.

Tipp:

Gemüsechips eignen sich perfekt als Garnitur für diese Suppe.



23 MIN



(EN)

GREEN PEA SOUP WITH GOAT'S CHEESE CROSTINI

This soup is a great start of the spring season, especially if you can find fresh peas and herbs.

Soup:

450 g peas, fresh or frozen*
100 g chopped onions
550 ml vegetable stock
½ tsp tarragon
pepper & salt, to taste
Optional: 5 tbsp yoghurt, fresh green herbs

* If you use frozen peas, defrost them quickly under the hot tap before adding to the soup maker.

Crostini:

baguette
goat's cheese

Procedure:

- Place the soup ingredients into the Soup maker and select the Puréed soup program.
- Meanwhile, prepare the crostini. Preheat the oven to 200°C, slice the baguette and spread some goat's cheese on top. Bake in the oven until the cheese is melted and turns golden.
- When the soup maker is ready, open the lid and pour the soup into deep plates. Top each bowl with a crunchy crostini.

Tip:

For a fresh creamy result, you can add some yoghurt to the soup, either at the start, or when serving. Instead of tarragon, mint can be used.

(ES)

SOPA DE GUI SANTES VERDES CON TOSTA DE QUESO DE CABRA

Esta sopa es ideal para comenzar la primavera, especialmente si encuentras hierbas y guisantes frescos.

Sopa:

450 g de guisantes, frescos o congelados*
100 g de cebolla picada
550 ml de caldo de verduras
½ cucharada de estragón
sal y pimienta al gusto
Opcional: 5 cucharadas de yogur, hierbas verdes frescas

* Si utilizas guisantes congelados, descongéalalos rápidamente bajo el grifo con agua caliente antes de añadirlos al accesorio para sopas.

Tosta:

baguette
queso de cabra

Pasos:

- Coloca los ingredientes de la sopa en el robot y selecciona el programa de crema.
- Mientras tanto, prepara la tosta. Precalienta el horno a 200 °C, corta la baguette en rebanadas y unta un poco de queso de cabra sobre ellas. Cocina en el horno hasta que el queso se funda y esté dorado.
- Cuando el robot haya terminado, abre la tapa y vierte la sopa en platos hondos. Coloca sobre cada plato una tosta crujiente.

Consejo:

Para obtener unos resultados frescos y cremosos, puedes añadir yogur a la sopa, ya sea al principio o al servirla. En lugar de estragón, se puede utilizar menta.

(DE)

GRÜNE ERBSENSUPPE MIT ZIEGENKÄSE-CROSTINI

Diese Suppe ist der perfekte Start in den Frühling, besonders wenn Sie frische Erbsen und Kräuter verwenden.

Suppe:

450 g Erbsen, frisch oder tiefgefroren*
100 g gehackte Zwiebeln
550 ml Gemüsebrühe
½ EL Estragon
Pfeffer und Salz zum Abschmecken
Optional: 5 EL Joghurt, frische Kräuter

* Wenn Sie tiefgefrorene Erbsen verwenden, tauen Sie diese schnell unter fließendem heißen Wasser auf, bevor Sie sie in den Suppenzubereiter geben.

Crostini:

Baguette
Ziegenkäse

Zubereitung:

- Geben Sie die Suppenzutaten in den Suppenzubereiter, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen aus.
- Bereiten Sie in der Zwischenzeit die Crostini vor: Heizen Sie den Ofen auf 200 °C vor; schneiden Sie das Baguette in Scheiben, und verteilen Sie etwas Ziegenkäse darauf. Rösten Sie sie im Ofen, bis der Käse geschmolzen und goldbraun ist.
- Wenn der Suppenzubereiter fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und gießen Sie die Suppe in tiefe Teller. Garnieren Sie jeden Teller mit einem knusprigen Crostini.

Tipp:

Für ein frisches, cremiges Ergebnis können Sie etwas Joghurt in die Suppe geben – entweder gleich zu Beginn oder beim Servieren. Statt Estragon können Sie auch Minze verwenden.



23 MIN



(EN)

INDIAN TOMATO COCONUT SOUP

The coconut crumbs give a nice texture to this soup.

1 red chili
Thumbnail-sized piece of fresh ginger (20 gram)
100 g roughly chopped onions
400 g tomatoes (can)
100 ml coconut milk
50 g desiccated coconut
5-10 stalks fresh coriander
good pinch of salt
Extra: desiccated coconut, chopped fresh coriander and chili flakes, to garnish

Procedure:

- Deseed the chilli, peel and slice the ginger.
- Place all of the ingredients into the Soup maker. Add 500 ml water. Stir the ingredients, close the lid and press the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour the soup into suitable cups or bowls.
- Finish with some chilli flakes, desiccated coconut and chopped coriander.

Tip:

You can also make this soup with 1 teaspoon of chili or curry paste instead of the fresh chili.

(ES)

SOPA INDIA DE COCO Y TOMATE

Los trocitos de coco aportan una textura agradable a esta sopa.

1 chile rojo
un trozo de jengibre fresco del tamaño de un pulgar (20 gramos)
100 g de cebolla picada en trocitos grandes (20 gramos)
400 g de tomates (de lata)
100 ml de leche de coco
50 g de coco deshidratado
de 5 a 10 tallos de cilantro fresco
una buena pizca de sal
Extra: más coco deshidratado, cilantro fresco picado y copos de chile para decorar

Pasos:

- Quita las semillas al chile, pela el jengibre y córtalo en rodajas.
- Incorpora todos los ingredientes al Más que sopas y añade 500 ml de agua. Remueve los ingredientes, cierra la tapa y pulsa el programa de crema.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y viértela en tazones o cuencos adecuados.
- Termina con algunos copos de chile, coco deshidratado y cilantro picado.

Consejo:

También puedes preparar esta sopa con 1 cucharada de pasta de chile o curry en lugar de chile fresco.

(DE)

INDISCHE TOMATEN- KOKOS-SUPPE

Die Kokosnusstückchen verleihen dieser Suppe die perfekte Konsistenz.

1 rote Chilischote
Daumnagelgroßes Stück frischer Ingwer (20 Gramm)
100 g grob gehackte Zwiebeln
400 g Tomaten (Dose)
100 ml Kokosmilch
50 g Kokosraspeln
5-10 Zweige frischer Koriander
großzügige Prise Salz
Extra: Kokosraspeln, gehackter frischer Koriander und Chiliflocken zum Garnieren

Zubereitung:

- Entkernen Sie die Chilischote. Schälen Sie den Ingwer, und schneiden Sie ihn in Scheiben.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter. Geben Sie 500 ml Wasser hinzu. Mischen Sie die Zutaten, schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie die Suppe in geeignete Tassen oder Schüsseln.
- Verfeinern Sie sie mit Chiliflocken, Kokosraspeln und gehacktem Koriander.

Tipp:

Sie können diese Suppe auch mit 1 Teelöffel Chili- oder Currypaste anstelle des frischen Chilis zubereiten.



23 MIN



(EN)

BROCCOLI AND STILTON SOUP

This smooth blended vegetable soup with blue cheese is great for a dinner party starter or a comfortable meal.

360 g broccoli
70 g chopped spring onions
700 ml vegetable stock
70 g Stilton cheese crumbled
freshly ground black pepper, extra Stilton cheese, croutons and olive oil, to garnish

Procedure:

- Trim the broccoli and cut into small florets. Place the ingredients into the Soup maker, close the lid and press the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls.
- Top the soup with some crumbled Stilton or croutons. Grind over some black pepper and drizzle with a little olive oil.

Tip:

You can reserve some small or chopped broccoli florets, quickly blanch them for 2 minutes in boiling water; cool under cold water and save them as a garnish for your soup. Stilton can be replaced with any other blue cheese.

(ES)

SOPA DE BRÓCOLI Y STILTON

Esta suave sopa de verdura con queso azul es ideal como primer plato en una cena con los amigos o como una buena comida.

360 g de brócoli
70 g de cebolleta picada
700 ml de caldo de verduras
25 g de queso Stilton rallado
pimienta negra recién molida
más queso Stilton, picatostes y aceite de oliva para decorar

Pasos:

- Parte el brócoli y córtalo en ramilletes pequeños. Coloca los ingredientes en el robot, cierra la tapa y pulsa el programa de crema.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y sírvela en cuencos.
- Añade encima de la sopa un poco de queso Stilton rallado o picatostes. Añade pimienta negra molida y adereza con un poco de aceite de oliva.

Consejo:

Puedes reservar algunos ramilletes de brócoli pequeños o picados, cocerlos rápidamente durante 2 minutos con agua hirviendo, enfriarlos con agua fría y reservarlos para decorar la sopa. El queso Stilton se puede sustituir por cualquier otro queso azul.

(DE)

BROKKOLI-STILTON-SUPPE

Diese fein pürierte Gemüsesuppe mit Blauschimmelkäse eignet sich hervorragend als Vorspeise für ein Abendessen oder als leckere Mahlzeit.

360 g Brokkoli
70 g gehackte Frühlingszwiebeln
700 ml Gemüsebrühe
70 g Stilton-Käse, zerbröckelt
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, extra Stilton-Käse, Croutons und Olivenöl zum Garnieren

Zubereitung:

- Schneiden Sie den Brokkoli in kleine Röschen zurecht. Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie sie in Schüsseln.
- Garnieren Sie die Suppe mit etwas zerbröckeltem Stilton oder mit Croutons. Streuen Sie etwas gemahlene schwarzen Pfeffer darüber, und beträufeln Sie die Suppe mit ein wenig Olivenöl.

Tipp:

Sie können einige kleine oder gehackte Brokkoli-Röschen zur Seite legen, diese für 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren, sie unter kaltem Wasser abkühlen lassen und sie zum Garnieren Ihrer Suppe verwenden. Anstelle von Stilton kann auch ein anderer Blauschimmelkäse verwendet werden.



23 MIN



(EN)

CUMIN FLAVORED VELVETY PUMPKIN SOUP

Pumpkin is an icon of the harvest season. Its rich taste pairs well with bold spicy flavours.

350 g pumpkin
100 g potatoes
50 g chopped onions
½ tsp ground cumin
700 ml vegetable stock
pepper & salt, to taste
feta cheese, to garnish

Procedure:

- Halve the pumpkin and scoop out the seeds. Cut the pumpkin into 2 cm cubes. You can use the skin. Peel and cut the potato into 2 cm cubes.
- Place the ingredients into the Soup maker, close the lid and press the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls. Some crumbled feta is a great finish to this soup.

Tip:

You can vary the flavour of this soup by using some other spices, like ground coriander, fennel seeds or a combination.

(ES)

SOPA DE CALABAZA SUAVE CON SABOR A COMINO

La calabaza es típica del final del verano. Su rico sabor combina bien con los sabores muy especiados.

350 g de calabaza
100 g de patatas
50 g de cebolla picada
½ cucharada de comino en polvo
700 ml de caldo de verduras
sal y pimienta al gusto
queso feta para decorar

Pasos:

- Corta la calabaza por la mitad y quita las semillas. Corta la calabaza en dados de 2 cm. Puedes utilizar la piel. Pela y corta las patatas en dados de 2 cm.
- Coloca los ingredientes en el robot, cierra la tapa y pulsa el programa de crema.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y viértela en cuencos. Un poco de queso feta rallado es ideal para completar esta sopa.

Consejo:

Puedes variar el sabor de esta sopa utilizando otras especias, como cilantro molido, semillas de hinojo o una combinación de ambos.

(DE)

CREMIGE KÜRBISSUPPE MIT KREUZKÜMMELAROMA

Der Kürbis ist ein ganz typisches Anzeichen für die Erntesaison. Sein volles Aroma passt perfekt zu exotischen scharfen Gewürzmischungen.

350 g Kürbis
100 g Kartoffeln
50 g gehackte Zwiebeln
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
700 ml Gemüsebrühe
Pfeffer und Salz zum Abschmecken
Fetakäse zum Garnieren

Zubereitung:

- Halbieren Sie den Kürbis, und entnehmen Sie die Kerne mit einem Löffel. Schneiden Sie den Kürbis in 2 cm große Würfel.
- Die Schale können Sie verwenden. Schälen und schneiden Sie die Kartoffeln in 2 cm große Würfel.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie sie in Schüsseln. Etwas zerbröckelter Feta ist perfekt zum Verfeinern dieser Suppe.

Tipp:

Sie können das Aroma dieser Suppe variieren, indem Sie andere Gewürze wie gemahlene Koriander, Fenchelsamen oder eine Kombination aus beidem verwenden.



23 MIN



(EN)

FRESH BEETROOT SOUP

This colourful and nutritious soup can be served hot or cold.

350 g beetroot
650 ml vegetable stock
50 g chopped onions
100 ml sour cream
2 tbsp vinegar
1 tbsp olive oil
pepper & salt
fresh dill, to garnish

Procedure:

- Peel the beetroot and cut into 2 cm cubes. Place the beetroot, stock and onions into the Soup maker, and close the lid.
- Select Puréed soup program and wait until the Soup maker is ready.
- When the Soup maker is ready, open the lid and stir in the sour cream. Season to taste.
- Pour the soup into bowls and finish with some dill.

Tip:

You can make this soup with kohlrabi (German turnip) instead of beetroot. You can use beef stock instead of vegetable stock.

(ES)

SOPA DE REMOLACHA FRESCA

Esta colorida y nutritiva sopa se puede servir caliente o fría.

350 g de remolacha
650 ml de caldo de verduras
50 g de cebolla picada
100 ml de nata agria
2 cucharadas de vinagre
1 cucharada de aceite de oliva
sal y pimienta
eneldo fresco para decorar

Pasos:

- Pela la remolacha y córtala en dados de 2 cm. Coloca la remolacha, el caldo y las cebollas en el robot y cierra la tapa.
- Selecciona el programa de crema y espera a que el robot termine.
- Cuando el robot haya terminado, abre la tapa y añade la nata agria. Sazona al gusto.
- Vierte la sopa en cuencos y complétala con un poco de eneldo.

Consejo:

Puedes preparar esta sopa con colinabo (nabo alemán) en lugar de remolacha. Puedes utilizar caldo de ternera en lugar de caldo de verduras.

(DE)

FRISCHE ROTE-BETE-SUPPE

Diese farbenfrohe und nahrhafte Suppe kann heiß oder kalt serviert werden.

350 g Rote Bete
650 ml Gemüsebrühe
50 g gehackte Zwiebeln
100 ml Sauerrahm
2 EL Essig
1 EL Olivenöl
Pfeffer und Salz
Frischen Dill zum Garnieren

Zubereitung:

- Schälen Sie die Rote Bete, und schneiden Sie sie in 2 cm große Würfel. Geben Sie die Rote Bete, Gemüsebrühe und Zwiebeln in den Suppenzubereiter, und schließen Sie den Deckel.
- Wählen Sie das Programm für pürierte Suppen, und warten Sie, bis der Suppenzubereiter fertig ist.
- Wenn der Suppenzubereiter fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und rühren Sie die Sahne ein. Würzen Sie nach Belieben.
- Gießen Sie die Suppe in Schalen, und garnieren Sie alles mit etwas Dill.

Tipp:

Sie können diese Suppe auch mit Kohlrabi (deutsche Rübe) statt Roter Bete zubereiten. Sie können auch Rinderbrühe statt Gemüsebrühe verwenden.



23 MIN



(EN)

CREAM OF COURGETTE SOUP

Courgette is such a versatile vegetable. They taste great with fresh herbs, some spices or with cheese.

550 g courgette
70 g chopped onions
1 garlic clove
450 ml vegetable stock
1 tsp chopped fresh oregano
Optional: 60g Dolcelatte or Gorgonzola cheese, to garnish

Procedure:

- Quarter the courgette lengthways and cut into 2cm pieces.
- Place all of the ingredients into the Soup maker, and select the Puréed soup program.
- When ready, open the lid and pour the soup into bowls or deep plates. You can stir in some cheese if you like, or sprinkle it on top when serving.

Tip:

This soup is also great with fresh green herbs like sage, basil or tarragon. You can serve it hot or cold.

(ES)

CREMA DE CALABACÍN

El calabacín es una verdura muy versátil. Tiene un sabor estupendo con hierbas frescas, algunas especias o con queso.

550 g de calabacín
70 g de cebolla picada
1 diente de ajo
450 ml de caldo de verduras
1 cucharada de orégano fresco picado
Opcional: 60 g de queso Dolcelatte o Gorgonzola para decorar

Pasos:

- Corta el calabacín en cuatro partes a lo largo y córtalo en trozos de 2 cm.
- Coloca todos los ingredientes en el robot y selecciona el programa de crema.
- Cuando la crema esté lista, abre la tapa y viértela en cuencos o platos hondos. Puedes añadir un poco de queso al gusto o espolvorearlo sobre la crema al servirla.

Consejo:

Esta sopa queda genial también con hierbas verdes frescas como la salvia, la albahaca o el estragón. Puedes servirla caliente o fría.

(DE)

ZUCCHINI-CREME-SUPPE

Zucchini sind sehr vielseitig einsetzbar. Sie schmecken toll mit frischen Kräutern und ein paar Gewürzen oder mit Käse.

550 g Zucchini
70 g gehackte Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
450 ml Gemüsebrühe
1 TL gehackten, frischen Oregano
Optional: 60 g Dolcelatte- oder Gorgonzola-Käse zum Garnieren

Zubereitung:

- Vierteln Sie die Zucchini der Länge nach, und schneiden Sie sie in 2 cm große Stücke.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen aus.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und gießen Sie die Suppe in Schalen oder tiefe Teller. Sie können auch etwas Käse einrühren, oder den Käse vor dem Servieren auf die Suppe streuen.

Tipp:

Frische grüne Kräuter wie Salbei, Basilikum oder Estragon runden den Geschmack der Suppe ab. Sie können sie heiß oder kalt servieren.



23 MIN



(EN)

SWEET CORN SOUP WITH BEEF BACON

This soup is a great way to celebrate summer. It can serve as a starter dish but also as a hearty lunch when served with some bread.

300 g sweet corn (can), drained
 100 g celery
 70 ml sour cream
 700 ml vegetable stock
 8 sprigs of coriander or parsley
 2 tsp red pepper power (pimiento)
 1 tsp balsamic vinegar
 pepper & salt, to taste
 Optional: 4 rashers bacon and extra coriander leaves to garnish

Procedure:

- Place all of the soup ingredients into the Soup maker. Close the lid and press the Puréed soup program.
- Meanwhile, prepare the bacon. Fry the bacon rashers in a dry frying pan. Remove from the pan and drain on kitchen paper.
- When the soup is ready, open the lid and pour the soup into the bowls.
- Crumble the bacon on top, sprinkle with coriander leaves and ground pepper to taste.

Tip:

You can use fresh corn for this soup. Remove the corn kernels from about 3-4 cobs.

(ES)

SOPA DE MAÍZ DULCE CON BACON

Esta sopa es una forma ideal de celebrar el verano. Puedes servirla de primer plato, aunque también de abundante almuerzo si se sirve con un poco de pan.

300 g de maíz dulce (en lata) escurrido
 100 g de apio
 70 ml de nata agria
 700 ml de caldo de verduras
 8 ramitas de cilantro o perejil
 2 cucharaditas de pimienta roja molido (pimentón)
 1 cucharadita de vinagre balsámico
 sal y pimienta al gusto
 Opcional: 4 tiras de bacon y más hojas de cilantro para decorar

Pasos:

- Coloca todos los ingredientes en el robot. Cierra la tapa y pulsa el programa de crema.
- Mientras tanto, prepara el bacon. Fríe las tiras de bacon en una sartén sin aceite. Retíralas de la sartén y escúrrelas sobre papel de cocina.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y viértela en cuencos.
- Desmenuza el bacon encima, espolvorea con hojas de cilantro y pimienta molida al gusto.

Consejo:

Puedes utilizar maíz fresco para preparar esta sopa. Utiliza los granos de maíz de unas 3-4 mazorcas.

(DE)

ZUCKERMAISSUPPE MIT RINDERSPECK

Mit dieser Suppe kann man herrlich den Sommer feiern. Sie können sie als Vorspeise servieren, aber auch als herzhaftes Mittagessen mit etwas Brot.

300 g Zuckermais (Dose), abgetropft
 100 g Sellerie
 70 ml Sauerrahm
 700 ml Gemüsebrühe
 8 Zweige Koriander oder Petersilie
 2 TL rotes Paprikapulver (Piment)
 1 TL Balsamico-Essig
 Pfeffer und Salz zum Abschmecken
 Optional: 4 Speckscheiben und zusätzliche Korianderblätter zum Garnieren

Zubereitung:

- Geben Sie die Suppenzutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Bereiten Sie in der Zwischenzeit den Speck vor: Braten Sie die Speckstreifen in einer Bratpfanne zu. Nehmen Sie sie aus der Pfanne, und lassen Sie sie auf Küchenpapier abtropfen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und gießen Sie die Suppen in Schüsseln.
- Zerbröseln Sie den Speck auf der Suppe, und bestreuen Sie alles nach Belieben mit Korianderblättern und gemahlenem Pfeffer.

Tipp:

Für diese Suppe können Sie auch frischen Mais verwenden. Lösen Sie die Maiskörner von ca. 3 bis 4 Maiskolben.



23 MIN



(EN)

INDIAN STYLED LENTIL SOUP

Blending a lentil soup gives such a rich result, the starch thickens the soup but some chunkiness remains.

100 g yellow lentils, washed
100 g chickpeas (can)
100 g chopped red pepper
2 chopped tomatoes
100 g chicken thighs
700 ml chicken stock
1 tsp ground coriander
1 tsp cumin
½ tsp red pepper powder (pimento)
1 tbsp olive oil
½ tbsp balsamic vinegar
juice of ½ lime, or more to taste
4 stalks fresh parsley or coriander

Procedure:

- Cut the chicken in 2 cm pieces.
- Place all of the soup ingredients into the Soup maker with the chicken on top. Close the lid and press the Puréed soup program.
- When the program is ready, pour the soup into bowls or deep plates.
- Sprinkle with chopped herbs and serve.

Tip:

You can also try using the Chunky program and blend with the Manual program to leave more texture in the soup.

(ES)

SOPA DE LENTEJAS ESTILO INDIO

Al batir una sopa de lentejas se obtiene un resultado muy rico, ya que el almidón espesa la sopa pero se mantienen algunos trocitos.

100 g de lentejas amarillas lavadas
100 g de garbanzos (de bote)
100 g de pimiento rojo picado
2 tomates picados
100 g muslos de pollo
700 ml de caldo de pollo
1 cucharadita de cilantro molido
1 cucharadita de comino
½ cucharadita de pimiento rojo en polvo (pimentón)
1 cucharada de aceite de oliva
½ cucharada de vinagre balsámico
el zumo de ½ lima o más al gusto
4 tallos de perejil o cilantro fresco

Pasos:

- Corta el pollo en trocitos de 2 cm.
- Incorpora todos los ingredientes al Más que sopas con el pollo encima. Cierra la tapa y pulsa el programa de cremas.
- Cuando el programa haya finalizado, vierte la sopa en recipientes o platos hondos.
- Espolvoréala con hierbas picadas y sírvela.

Consejo:

Puedes probar el programa de sopa con trocitos y batir la sopa con el programa manual para que gane más cuerpo.

(DE)

LINSENSUPPE INDISCHE ART

Durch das Mixen der Linsensuppe erreichen Sie ein tolles Ergebnis. Die Stärke dickt die Suppe ein, ohne die grobe Textur zu zerstören.

100 g gelbe Linsen, gewaschen
100 g Kichererbsen (Dose)
100 g gehackte rote Paprika
2 gehackte Tomaten
100 g Hähnchenschenkel
700 ml Hühnerbrühe
1 TL gemahlener Koriander
1 TL Kreuzkümmel
½ TL rotes Paprikapulver (Piment)
1 EL Olivenöl
½ EL Balsamico-Essig
Saft einer halben Limette oder mehr (nach Geschmack)
4 Zweige frische Petersilie oder Koriander

Zubereitung:

- Schneiden Sie das Hähnchen in 2 cm große Stücke.
- Geben Sie alle Suppenzutaten in den Suppenzubereiter, und legen Sie das Hähnchen obenauf. Schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn das Programm abgeschlossen ist, gießen Sie die Suppe in Schalen oder tiefe Teller.
- Bestreuen Sie alles mit gehackten Kräutern, und servieren Sie die Suppe.

Tipp:

Sie können auch das Programm für grobe Suppen ausprobieren und mit dem manuellen Programm mixen, um der Suppe mehr Textur zu verleihen.



23 MIN



(EN)

CHICKPEA SOUP WITH SWEET POTATO

Chickpeas are great to create thickness in your soup.

300 g cooked chickpeas (can), washed, drained
100 g skinned sweet potato
70 g chopped leek
5 stalks parsley or coriander
700 ml vegetable or chicken stock
1 tbsp cumin seeds
½ tbsp coriander seeds
pinch of red pepper powder
2 chopped garlic cloves
1 tbsp olive oil
1 tsp sea salt, or more to taste
juice of ½ lime or more to taste
feta, to garnish

Procedure:

- Cut the sweet potato into 2-3 cm pieces. Place them with the rest of the ingredients into the Soup maker.
- Close the lid and press the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls.
- Finish with feta on top.

Tip:

Finely chopped coriander mixed with olive oil makes a nice finishing on top of your soup. Any potato or root vegetable could replace the sweet potato.

(ES)

SOPA DE GARBANZOS CON BONIATO

Los garbanzos son fantásticos para dar consistencia a la sopa.

300 g de garbanzos cocidos (de bote), lavados y escurridos
100 g de boniato pelado
70 g de puerro picado
5 tallos de perejil o cilantro
700 ml de caldo de verduras o pollo
1 cucharada de semillas de comino
½ cucharada de semillas de cilantro
una pizca de pimienta roja en polvo
2 dientes de ajo picados
1 cucharada de aceite de oliva
1 cucharadita de sal marina o más al gusto
el zumo de ½ lima o más al gusto
queso feta para decorar

Pasos:

- Corta el boniato en trocitos de 2-3 cm e incorpóralo junto con el resto de los ingredientes al Más que sopas.
- Cierra la tapa y pulsa el programa de cremas.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y sírvela en recipientes.
- Termina añadiendo un poco de queso feta encima.

Consejo:

Un acabado perfecto para adornar la sopa es cilantro picado con aceite de oliva. Puedes sustituir el boniato por cualquier patata o tubérculo.

(DE)

KICHERERBSENSUPPE MIT SÜSSKARTOFFEL

Kichererbsen eignen sich hervorragend, um Ihrer Suppe Sämigkeit zu verleihen.

300 g gekochte Kichererbsen (Dose), gewaschen, abgetropft
100 g geschälte Süßkartoffeln
70 g gehackter Lauch
5 Zweige Petersilie oder Koriander
700 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe
1 EL Kreuzkümmel
½ EL Koriandersamen
Eine Prise rotes Paprikapulver
2 gehackte Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
1 TL Meersalz oder mehr (nach Geschmack)
Saft einer halben Limette oder mehr (nach Geschmack)
Feta zum Garnieren

Zubereitung:

- Schneiden Sie die Süßkartoffel in 2-3 cm große Stücke. Geben Sie die Stücke zusammen mit den restlichen Zutaten in den Suppenzubereiter.
- Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie sie in Schalen.
- Zuletzt mit etwas Feta garnieren.

Tipp:

Fein gehackter Koriander gemischt mit Olivenöl eignet sich perfekt als Garnitur für Ihre Suppe. Die Süßkartoffeln können durch beliebige andere Kartoffel- oder Wurzelgemüsesorten ersetzt werden.



23 MIN



(EN)

CARROT & MANGO SOUP

A refreshing soup that is both sweet and savoury.

300 g carrot
flesh of 1/2 mango (150 g)
750 ml vegetable stock
juice of 1 lime
5-10 stalks of coriander
ground black pepper to taste
cream to finish

Procedure:

- Peel the carrot and cut into 2-3 cm cubes together with the mango.
- Place all the ingredients into the Soup maker; close the lid and press the Puréed soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls or glasses. Finish with black pepper and a swirl of cream.

Tip:

This soup can also be eaten chilled.

(ES)

SOPA DE ZANAHORIA Y MANGO

Una sopa refrescante, dulce y salada al mismo tiempo.

300 g de zanahorias
la pulpa de 1/2 mango (150 g)
750 ml de caldo de verduras
el zumo de 1 lima
5-10 tallos de cilantro
pimienta negra molida al gusto
nata para terminar

Pasos:

- Pela la zanahoria y córtala en dados de 2-3 cm junto con el mango.
- Incorpora todos los ingredientes al Más que sopas, cierra la tapa y pulsa el programa de cremas.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y sírvela en recipientes o vasos. Para terminar, añade pimienta negra y un poco de nata.

Consejo:

Esta sopa también se puede tomar fría.

(DE)

KAROTTEN-MANGO-SUPPE

Eine erfrischende Suppe, die sowohl süß als auch pikant ist.

300 g Karotten
Fruchtfleisch einer halben Mango (150 g)
750 ml Gemüsebrühe
Saft einer Limette
5-10 Zweige Koriander
Gemahlener schwarzer Pfeffer zum Abschmecken
Sahne als Garnitur

Zubereitung:

- Schälen Sie die Karotten, und schneiden Sie sie zusammen mit der Mango in 2-3 cm große Würfel.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter; schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und gießen Sie sie in Schalen oder Gläser. Runden Sie die Suppe mit schwarzem Pfeffer und einem Klecks Sahne ab.

Tipp:

Diese Suppe schmeckt auch gekühlt.



23 MIN



(EN)

CAULIFLOWER SOUP WITH CRUNCHY HAM

A stylish soup, a perfect start for a special dinner.

350 g cauliflower
1 tbsp estragon leaves
a pinch of nutmeg
½ tsp sweet chili powder
700 ml vegetable stock
200 ml cream
Optional: 25g grated Parmesan cheese

Garnish:

cured ham
chopped parsley
extra virgin olive oil
ground black pepper, to taste

Procedure:

- Slice through the cauliflower and cut into florets. Wash and place into the Soup maker.
- Place the rest of the ingredients apart from the cream into the Soup maker; close the lid and press the Puréed soup program.
- Meanwhile fry the ham in a frying pan and leave on paper to dry.
- When the soup is ready, open the lid, stir in the cream and pour into serving plates, bowls or glasses. Top with parsley, the dried crunchy ham, a drizzle of olive oil and ground black pepper.

Tip:

Try frying the ham with some honey. The sweet and savoury result gives a special touch to this soup.

(ES)

SOPA DE COLIFLOR CON JAMÓN CRUJIENTE

Una sopa elegante y un inicio perfecto para una cena especial.

350 g de coliflor
1 cucharada de hojas de estragón
una pizca de nuez moscada
½ cucharadita de chile dulce en polvo
700 ml de caldo de verduras
200 ml de nata
Opcional: 25 g de queso parmesano rallado

Adorno:

jamón curado
perejil picado
aceite de oliva virgen extra
pimienta negra molida al gusto

Pasos:

- Corta la coliflor y divídela en ramilletes. Lávala y ponla en el Más que sopas.
- Incorpora el resto de ingredientes, excepto la nata, al Más que sopas, cierra la tapa y pulsa el programa de cremas.
- Mientras tanto, fríe el jamón en una sartén y déjalo sobre un papel para que escurra el aceite.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa, añade la nata y sírvela en platos, recipientes o vasos. Adorna con perejil, los trocitos de jamón, un chorrito de aceite de oliva y pimienta negra molida.

Consejo:

Prueba a freír el jamón con un poco de miel. El resultado dulce y salado aporta un toque especial a esta sopa.

(DE)

BLUMENKOHLSUPPE MIT KNUSPERSCHINKEN

Eine elegante Suppe als perfekter Auftakt eines besonderen Abendessens.

350 g Blumenkohl
1 EL Estragonblätter
1 Prise Muskat
½ TL süßes Chilipulver
700 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne
Optional: 25 g geriebener Parmesankäse

Garnitur:

Räucherschinken
Gehackter Schnittlauch
Natives Olivenöl extra
Gemahlener schwarzer Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:

- Schneiden Sie den Blumenkohl durch, und trennen Sie ihn in Röschen. Waschen Sie die Röschen, und geben Sie sie in den Suppenzubereiter.
- Geben Sie die restlichen Zutaten bis auf die Sahne in den Suppenzubereiter; schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Braten Sie inzwischen den Schinken in der Pfanne an, und lassen Sie ihn auf einem Stück Küchenpapier abtrocknen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, rühren Sie die Sahne ein, und gießen Sie die Suppe in Servierteller, Schalen oder Gläser. Garnieren Sie die Suppe mit Schnittlauch, dem knusprigen Schinken, ein paar Spritzern Olivenöl und gemahlenem schwarzen Pfeffer.

Tipp:

Versuchen Sie, den Schinken mit etwas Honig anzubraten. Das süß-pikante Ergebnis verleiht der Suppe einen besonderen Touch.



23 MIN



(EN)

PRAWN BISQUE

A sophisticated first course for a dinner party.

200 g tiger prawns or shrimp, peeled and deveined (Tip)
 1 tomato
 50 g leek, or spring onions
 1 chopped garlic clove
 1 chopped small red onion
 30 g tomato paste
 a pinch of cayenne pepper
 1 stalk fresh parsley
 500 ml fish or seafood stock
 150 ml cream
 Optional: a pinch of saffron
 Extra: olive oil, lemon juice and sea salt to taste

Procedure:

- Chop the tomato and leek roughly.
- Place all the ingredients into the Soup maker with the prawns on top. Close the lid and press the Puréed soup program.
- Pour the soup into your favourite serving bowls and serve with garlic toasted bread.

Tip:

Use the prawn shells to enrich the stock: Sauté the shells, add the stock and simmer for 15-20 minutes and strain.

(ES)

CREMA DE LANGOSTINOS

Un primer plato sofisticado para una cena con amigos.

200 g de langostinos tigre o gambas, pelados y con cola (consejo)
 1 tomate
 50 g de puerro o cebolleta
 1 diente de ajo picado
 1 cebolla roja pequeña picada
 30 g de salsa de tomate
 una pizca de pimienta de cayena
 1 tallo de perejil fresco
 500 ml de caldo de pescado o marisco
 150 ml de nata
 Opcional: una pizca de azafrán
 Extra: aceite de oliva, zumo de limón y sal marina al gusto

Pasos:

- Pica el tomate y el puerro en trozos grandes.
- Añade todos los ingredientes al Más que sopas con las gambas encima.
- Cierra la tapa y pulsa el programa de cremas.
- Vierte la sopa en tus recipientes favoritos y sírvela con pan de ajo tostado.

Consejo:

Utiliza las cáscaras de las gambas para enriquecer el caldo: rehoga las cáscaras, añade el caldo, hiérvolo a fuego lento durante 15 o 20 minutos y cuélalo.

(DE)

GARNELEN-BISQUE

Ein raffinierter erster Gang für eine Dinnerparty.

200 g Riesengarnelen oder Garnelen, geschält und entdarmt (Tipp)
 1 Tomate
 50 g Lauch oder Frühlingszwiebeln
 1 gehackte Knoblauchzehe
 1 gehackte kleine rote Zwiebel
 30 g Tomatenmark
 Eine Prise Cayennepeffer
 1 Zweig frische Petersilie
 500 ml Fisch- oder Meeresfrüchtebrühe
 150 ml Sahne
 Optional: eine Prise Safran
 Extra: Olivenöl, Zitronensaft und Meersalz zum Abschmecken

Zubereitung:

- Hacken Sie die Tomate und den Lauch grob.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter. Geben Sie dabei die Garnelen als Letztes hinzu.
- Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Gießen Sie die Suppe in Ihre Lieblings-Servierschüsseln, und servieren Sie sie mit geröstetem Knoblauchbrot.

Tipp:

Veredeln Sie die Brühe mit Garnelenschalen: Braten Sie die Schalen kurz an, geben Sie die Brühe hinzu, und lassen Sie sie 15-20 Minuten köcheln. Gießen Sie sie dann durch ein Sieb.



23 MIN



(EN)

CREAM OF MUSHROOMS

Any type of mushroom can be used for this soup. Try a combination of champignon and shiitakes.

350 g mushrooms
2 chopped garlic cloves
1 tbsp fresh thyme leaves
4 stalks parsley
200 ml cream
500 ml chicken stock
Optional: 1 tbsp dried mushrooms, ground
Extra: ground black pepper and salt to taste

Procedure:

- Wash the mushrooms and add with the other ingredients into the Soup maker. Close the lid and select the Puréed soup program.
- When ready open the lid, season and pour into nice cups or bowls.

Tip:

Dried mushrooms can be found in Asian stores.

(ES)

CREMA DE CHAMPIÑONES

Para esta sopa se puede utilizar cualquier tipo de seta o champiñón. Prueba una combinación de champiñones y setas shiitake.

350 g de champiñones
2 dientes de ajo picados
1 cucharada de hojas de tomillo fresco
4 tallos de perejil
200 ml de nata
500 ml de caldo de pollo
Opcional: 1 cucharada de champiñones secos en polvo
Extra: pimienta negra molida y sal al gusto

Pasos:

- Lava los champiñones y añade el resto de ingredientes al Más que sopas.
- Cierra la tapa y selecciona el programa de cremas.
- Cuando esté lista, abre la tapa, sazona la crema y viértela en tazas o recipientes bonitos.

Consejo:

Los champiñones secos se pueden encontrar en tiendas asiáticas.

(DE)

PILZCREME

Für diese Suppe können Sie jede Art von Pilzen verwenden. Probieren Sie beispielsweise eine Kombination aus Champignons und Shiitake-Pilzen.

350 g Pilze
2 gehackte Knoblauchzehen
1 EL frischer Thymian
4 Zweige Petersilie
200 ml Sahne
500 ml Hühnerbrühe
Optional: 1 EL getrocknete Pilze, gemahlen
Extra: gemahlener schwarzer Pfeffer und Salz zum Abschmecken

Zubereitung:

- Waschen Sie die Pilze, und geben Sie sie mit den anderen Zutaten in den Suppenzubereiter.
- Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, würzen Sie sie, und gießen Sie sie in elegante Tassen oder Schalen.

Tipp

Getrocknete Pilze finden Sie in Asia-Geschäften.



23 MIN



(EN)

EASY CHICKEN SOUP

Chicken soup can be made from scratch by making a stock from chicken, chicken bones or leftovers. But for a chicken soup without the hassle, you can use this quick recipe instead.

100 g carrots
150 g chicken breast
60 g chopped onions
100 g sweet corn, drained
800 ml chicken stock
pepper & salt
1 table spoon chopped parsley
6 stalks thyme
extra chopped parsley, to garnish

Procedure:

- Peel the carrot and cut into 1 cm cubes. Chop the chicken into 2 cm pieces.
- Place the ingredients into the Soup maker; with the chicken on top, close the lid and press the Chunky soup program.
- When the soup is ready, open the lid, pour into bowls and sprinkle with some chopped parsley.

Tip:

You can also add celery stalks, bell pepper or other vegetables to this soup.

(ES)

SOPA DE POLLO

La sopa de pollo se puede preparar desde cero haciendo un caldo con pollo, huesos o restos de pollo. Pero para preparar una sopa de pollo sin complicaciones, puedes utilizar esta receta rápida.

100 g de zanahorias
150g de pechuga de pollo
60 g de cebolla picada
100 g de maíz dulce escurrido
800 ml de caldo de pollo
sal y pimienta
1 cucharada de perejil picado
6 tallos de tomillo
más perejil picado para decorar

Pasos:

- Pela las zanahorias y córtalas en dados de 1 cm. Pica el pollo en trozos de 2 cm.
- Añade los ingredientes al Más que sopas, con el pollo encima. Cierra la tapa y pulsa el programa de sopa con trocitos.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa, viértela en cuencos y espolvorea un poco de perejil picado.

Consejo:

Puedes añadir tallos de apio, pimiento rojo u otras verduras a esta sopa.

(DE)

EINFACHE HÜHNERSUPPE

Hühnersuppe kann man selbst zubereiten, indem man eine Brühe aus Hühnerfleisch, Hühnerknochen oder -resten zubereitet. Aber für eine schnelle Hühnersuppe, können Sie auch dieses schnelle Rezept verwenden.

100 g Karotten
150 g Hühnerbrust
60 g gehackte Zwiebeln
100 g Zuckermais, abgetropft
800 ml Hühnerbrühe
Pfeffer und Salz
1 EL gehackte Petersilie
6 Zweige Thymian
Zusätzliche gehackte Petersilie zum Garnieren

Zubereitung:

- Schälen Sie die Karotte, und schneiden Sie sie in 1 cm große Würfel. Schneiden Sie das Hähnchen in 2 cm große Stücke.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter. Geben Sie dabei das Hähnchen als Letztes hinzu. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Suppe mit Stückchen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, gießen Sie die Suppe in Schüsseln, und streuen Sie etwas gehackte Petersilie darüber.

Tipp:

Sie können dieser Suppe auch Stangensellerie, Paprika und anderes Gemüse hinzugeben.



23 MIN



(EN)

SUMMER MINESTRONE WITH RICE

This full-flavoured broth is brimming with vegetables, rice and beans: it's healthy, filling and easy to make.

1 garlic clove
50 g spring onions
75 g carrots
75 g green beans
50 g fennel
75 g green asparagus
75 g cherry tomatoes
50 g sweetcorn (can), drained
50 g rice
700 ml vegetable stock
1 bay leaf
6 stalks thyme
pepper & salt

Procedure:

- Finely chop the garlic and spring onions. Chop the carrots and courgette into small cubes. Cut the green beans, fennel, asparagus into bite-sized pieces and quarter the tomatoes.
- Place all of the ingredients into the Soup maker, close the lid and select the Chunky soup program.
- When the soup is ready, open the lid and pour into bowls. Remember to remove the bay leaf before serving.

Tip:

Instead of rice, you can also use barley in this soup.

(ES)

MINESTRONE DE VERANO CON ARROZ

Este sabroso caldo está repleto de verduras, arroz y judías. Es saludable, completo y fácil de preparar.

1 diente de ajo
50 g de cebolletas
75 g de zanahorias
75 g de judías verdes
50 g de hinojo
75 g de espárragos verdes
75 g de tomates cherry
50 g de maíz dulce (en lata) escurrido
50 g de arroz
700 ml de caldo de verduras
1 hoja de laurel
6 tallos de tomillo
sal y pimienta

Pasos:

- Pica el ajo y las cebolletas en trozos finos. Pica las zanahorias y el calabacín en dados pequeños. Corta las judías verdes, el hinojo y los espárragos en trozos pequeños, y corta los tomates en cuatro trozos.
- Coloca todos los ingredientes en el robot, cierra la tapa y selecciona el programa de sopa con trozos.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y viértela en cuencos. Recuerda quitar la hoja de laurel antes de servir.

Consejo:

En lugar de arroz, también puedes utilizar cebada en esta sopa.

(DE)

SOMMERLICHE MINESTRONE MIT REIS

Diese geschmackvolle Brühe enthält viel Gemüse, Reis und Bohnen: Sie ist gesund, sättigend und leicht zuzubereiten

1 Knoblauchzehe
50 g Frühlingszwiebeln
75 g Karotten
75 g grüne Bohnen
50 g Fenchel
75 g grüner Spargel
75 g Kirschtomaten
50 g Zuckermais (Dose), abgetropft
50 g Reis
700 ml Gemüsebrühe
1 Lorbeerblatt
6 Zweige Thymian
Pfeffer und Salz

Zubereitung:

- Hacken Sie den Knoblauch und die Frühlingszwiebeln ganz fein. Schneiden Sie die Karotten und die Zucchini in kleine Würfel. Schneiden Sie die grünen Bohnen, den Fenchel und den Spargel in mundgerechte Stücke, und vierteln Sie die Tomaten.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Suppe mit Stückchen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und gießen Sie die Suppe in Schalen. Denken Sie daran, das Lorbeerblatt vor dem Servieren zu entfernen.

Tipp:

Anstelle von Reis können Sie für diese Suppe auch Gerste verwenden.



23 MIN



(EN)

VEGETABLE TORTELLINI SOUP

This soup is a complete meal in a bowl.

100 g courgette
100 g carrot
100 g dried tortellini
60 g finely chopped onions
30 g finely chopped leek
800 ml vegetable stock
pepper & salt, to taste
Parmesan cheese, to garnish

Procedure:

- Halve the courgette lengthways and cut into 2 cm pieces; peel the carrot and cut into 1 cm cubes.
- Place all of the ingredients into the Soup maker; close the lid and select the Chunky soup program.
- When the soup is ready, open the lid, pour into bowls and sprinkle with some Parmesan cheese

Tip:

If you use fresh tortellini, boil them separately and add to the soup just before serving.

(ES)

SOPA DE TORTELLINI Y VERDURAS

Esta sopa es una comida completa en un plato.

100 g de calabacín
100 g de zanahorias
100 g de tortellini secos
60 g de cebolla picada en trozos finos
30 g de puerro picado en trozos finos
800 ml de caldo de verduras
sal y pimienta al gusto
queso parmesano para decorar

Pasos:

- Corta el calabacín por la mitad a lo largo y después en trozos de 2 cm; pela las zanahorias y córtalas en dados de 1 cm.
- Coloca todos los ingredientes en el robot, cierra la tapa y selecciona el programa de sopa con trozos.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa, viértela en recipientes y espolvorea un poco de queso parmesano.

Consejo:

Si utilizas tortellini frescos, cuécelos por separado y añádelos a la sopa justo antes de servirla.

(DE)

GEMÜSETORTELLINI-SUPPE

Diese Suppe ist eine vollwertige Mahlzeit in der Schüssel.

100 g Zucchini
100 g Karotten
100 g getrocknete Tortellini
60 g fein gehackte Zwiebeln
30 g fein gehackter Lauch
800 ml Gemüsebrühe
Pfeffer und Salz zum Abschmecken
Parmesan zum Garnieren

Zubereitung:

- Halbieren Sie die Zucchini der Länge nach, und schneiden Sie sie in 2 cm große Stücke. Schälen Sie die Karotte, und schneiden Sie sie in 1 cm große Würfel.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter; schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Suppe mit Stückchen.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, gießen Sie die Suppe in Schüsseln, und streuen Sie etwas Parmesankäse darüber.

Tipp:

Wenn Sie frische Tortellini verwenden, kochen Sie sie separat, und fügen Sie sie der Suppe erst kurz vor dem Servieren hinzu.



23 MIN



(EN)

MULLIGATAWNY

This mulligatawny is a delicious meal in itself. It gets even better after a day in the fridge.

20 g fresh ginger
 2 garlic cloves
 50 g celery sticks
 50 g carrots
 50 g chopped onions
 100 g mango or apple
 150 g chicken breast
 50 g rice
 1 tbsp turmeric
 ½ tsp ground cumin
 730 ml chicken stock
 pepper & salt
 1 tbsp lemon juice
 100 ml yoghurt, chopped fresh coriander, to garnish

Procedure:

- Peel and finely chop the ginger and garlic. Chop the celery and carrot in bite-sized pieces. Peel and stone the mango or thinly slice the apple. Cut the chicken into 2cm chunks.
- Place all of the ingredients, except for the lemon juice and garnishes, into the Soup maker with the chicken on top. Close the lid and choose the Chunky soup program.
- When the soup is ready, open the lid and stir in the lemon juice. Divide the soup over bowls and finish with a dollop of yoghurt and some chopped coriander leaves.

Tip:

This soup is perfect for using up leftover meat. Simply stir in some cooked, chopped lamb, chicken or beef before serving.

(ES)

MULLIGATAWNY

Este mulligatawny es una comida deliciosa y sabe aún mejor después de un día en la nevera.

20 g de jengibre fresco
 2 dientes de ajo
 50 g de tallos de apio
 50 g de zanahorias
 50 g de cebolla picada
 100 g de mango o manzana
 150 g de pechuga de pollo
 50 g de arroz
 1 cucharada de cúrcuma
 ½ cucharada de comino en polvo
 730 ml de caldo de pollo
 sal y pimienta
 1 cucharada de zumo de limón
 100 ml de yogur y cilantro fresco picado para decorar

Pasos:

- Pela y corta el jengibre y el ajo en trozos finos. Pica el apio y las zanahorias en trozos pequeños. Pela y quita el hueso al mango o corta la manzana en rodajas finas. Corta el pollo en trozos de 2 cm.
- Coloca todos los ingredientes, excepto el zumo de limón y los ingredientes para decorar, en el robot. Cierra la tapa y elige el programa de sopa con trozos.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y añade el zumo de limón. Reparte la sopa en cuencos y termina con una cucharada de yogur y unas hojas de cilantro picado.

Consejo:

Esta sopa es perfecta para utilizar carne que haya sobrado. Solo tienes que añadir un poco de ternera, cordero o pollo cocido y picado antes de servir.

(DE)

MULLIGATAWNY

Mulligatawny-Suppe ist für sich schon eine köstliche Mahlzeit. Aber nach einem Tag im Kühlschrank schmeckt sie sogar noch besser.

20 g frischer Ingwer
 2 Knoblauchzehen
 50 g Stangensellerie
 50 g Karotten
 50 g gehackte Zwiebeln
 100 g Mango oder Apfel
 150 g Hühnerbrust
 50 g Reis
 1 TL Kurkuma
 1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel
 730 ml Hühnerbrühe
 Pfeffer und Salz
 1 EL Zitronensaft
 100 ml Joghurt, gehackter frischer Koriander zum Garnieren

Zubereitung:

- Schälen Sie den Ingwer und den Knoblauch, und hacken Sie beides fein. Schneiden Sie den Sellerie und die Karotten in mundgerechte Stücke. Schälen und entkernen Sie die Mango, oder schneiden Sie den Apfel in dünne Scheiben. Schneiden Sie das Hähnchen in 2 cm große Stücke.
- Geben Sie alle Zutaten, außer dem Zitronensaft und der Garnierung, in den Suppenzubereiter. Geben Sie dabei das Hühnchen als Letztes hinzu. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Suppe mit Stückchen aus.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, rühren Sie den Zitronensaft ein. Geben Sie die Suppe in Schüsseln, und garnieren Sie alles mit einem Klecks Joghurt und einigen gehackten Korianderblättern.

Tipp:

Diese Suppe eignet sich perfekt für die Verwendung von restlichem Fleisch. Rühren Sie einfach vor dem Servieren etwas gekochtes, gehacktes Lamm, Hähnchen oder Rind in die Suppe.



23 MIN



(EN)

LENTIL SOUP WITH ERISTE NOODLES

This thick egg noodle soup is high in protein because of the lentils, low in fat and very filling.

70 g green lentils (soaked in water for 4-5 hours)
 2 garlic cloves
 50 g chopped onion
 100 g carrots
 2 tbsp olive oil
 100 g tomatoes (can)
 30 g tomato puree
 800 ml meat stock
 50 g eriste noodles
 pepper & salt
 chopped parsley, to garnish

Procedure:

- Drain the soaked lentils and place them into the Soup maker.
- Peel the garlic and carrot. Finely chop the garlic and cut the carrot in bite-sized pieces.
- Add the rest of the ingredients to the soup maker; close the lid and select the Chunky soup program.
- When the soup is ready, pour into bowls and serve with some parsley.

Tip:

Eriste noodles are a Turkish specialty. If you cannot find them in your local Turkish shop, you can use tagliatelle instead. Make sure you break it into smaller pieces first.

(ES)

SOPA DE LENTEJAS CON FIDEOS ERISTE

Esta sopa de fideos de huevo gruesos es alta en proteínas gracias a las lentejas, baja en grasa y muy completa.

70 g de lentejas verdes (en remojo en agua durante 4-5 horas)
 2 dientes de ajo
 50 g de cebolla picada
 100 g de zanahorias
 2 cucharadas de aceite de oliva
 100 g de tomates (de lata)
 30 g de puré de tomate
 800 ml de caldo de carne
 50 g de fideos eriste
 sal y pimienta
 perejil picado para decorar

Pasos:

- Escurre las lentejas en remojo y colócalas en el robot.
- Pela el ajo y las zanahorias. Pica el ajo en trozos finos y corta las zanahorias en trozos pequeños.
- Añade el resto de los ingredientes al robot, cierra la tapa y selecciona el programa de sopa con trozos.
- Cuando la sopa esté lista, viértela en cuencos y sírvela con un poco de perejil.

Consejo:

Los fideos eriste son una especialidad turca. Si no los encuentras en un establecimiento de productos turcos, puedes sustituirlos por tallarines. Asegúrate de partirlos antes en trozos más pequeños.

(DE)

LINSENSUPPE MIT ERISTE-NUDELN

Diese dickflüssige Eiernudelsuppe ist dank der Linsen reich an Protein und gleichzeitig fettarm. Außerdem ist sie sehr sättigend.

70 g grüne Linsen (für 4 bis 5 Stunden in Wasser eingeweicht)
 2 Knoblauchzehen
 50 g gehackte Zwiebeln
 100 g Karotten
 2 TL Olivenöl
 100 g Tomaten (Dose)
 30 g Tomatenmark
 800 ml Fleischbrühe
 50 g Eriste-Nudeln
 Pfeffer und Salz
 Gehackte Petersilie zum Garnieren

Zubereitung:

- Lassen Sie die eingeweichten Linsen abtropfen, und geben Sie sie in den Suppenzubereiter.
- Schälen Sie den Knoblauch und die Karotten, Hacken Sie den Knoblauch fein, und schneiden Sie die Karotten in mundgerechte Stücke.
- Geben Sie die restlichen Zutaten in den Suppenzubereiter; schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Suppe mit Stückchen aus.
- Wenn die Suppe fertig ist, geben Sie sie in Schüsseln, und servieren Sie sie mit etwas Petersilie.

Tipp:

Eriste-Nudeln sind eine türkische Spezialität. Wenn Sie sie nicht in einem türkischen Geschäft finden, können Sie stattdessen auch Tagliatelle verwenden. Brechen Sie sie vorher in kleinere Stücke.



23 MIN



(EN)

THAITOM KHA

In this classic Thai chicken soup the flavourful ingredients create a refreshing soup.

25 g sliced fresh ginger
 1 stalk fresh lemongrass
 100 g sliced mushrooms
 150 g chicken breast or thighs
 1 tbsp juice of lime, or more to taste
 1 tbsp fish sauce
 1 tsp sugar
 1 tsp Thai curry paste (spicy)
 2 tbsp fresh basil leaves, chopped
 2 tbsp fresh cilantro, chopped
 200 ml coconut milk
 800 ml chicken broth

Procedure:

- Cut the lemon grass into 4 cm pieces. Cut the chicken in small pieces.
- Place all the ingredients into the Soup maker with the chicken on top.
- Close the lid and choose the Chunky soup program.
- When the soup is ready, divide the soup over bowls and finish with fresh herb leaves.

Tip:

The coconut milk balances the flavours in this soup nicely, but leaving it out also works well.

(ES)

THAITOM KHA

En esta clásica sopa de pollo tailandesa, los sabrosos ingredientes crean una sopa refrescante.

25 g de jengibre fresco en rodajas
 1 tallo de hierba limón fresca
 100 g de champiñones en rodajas
 150 g de pechuga o muslo de pollo
 1 cucharada de zumo de lima o más al gusto
 1 cucharada de salsa de pescado
 1 cucharadita de azúcar
 1 cucharadita de pasta de curry tailandés (picante)
 2 cucharadas de hojas de albahaca fresca picadas
 2 cucharadas de cilantro fresco picado
 200 ml de leche de coco
 800 ml de caldo de pollo

Pasos:

- Corta la hierba limón en trocitos de 4 cm y el pollo, en trocitos pequeños.
- Añade todos los ingredientes en el Más que sopas con el pollo encima.
- Cierra la tapa y elige el programa de sopa con trocitos.
- Cuando la sopa esté lista, sívela en recipientes y dale el toque final con hojas de hierba frescas.

Consejo:

La leche de coco homogeneiza de forma agradable los sabores de esta sopa, pero si no la utilizas no pasa nada.

(DE)

THAITOM KHA

Bei dieser klassischen Hühnersuppe aus Thailand verbinden sich geschmacksintensive Zutaten zu einer erfrischenden Suppe.

25 g frischer Ingwer in Scheiben
 1 Stängel Zitronengras
 100 g Pilze in Scheiben
 150 g Hähnchenbrust oder -schenkel
 1 EL Limettensaft oder mehr (nach Geschmack)
 1 EL Fischsoße
 1 TL Zucker
 1 TL Thai-Currypaste (scharf)
 2 EL frische Basilikumblätter, gehackt
 2 EL frischer Koriander, gehackt
 200 ml Kokosmilch
 800 ml Hühnerbrühe

Zubereitung:

- Schneiden Sie das Zitronengras in 4 cm lange Stücke. Schneiden Sie das Hähnchen in kleine Stücke.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, und legen Sie das Hähnchen obenauf.
- Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Suppe mit Stückchen.
- Wenn die Suppe fertig ist, teilen Sie sie auf Schalen auf, und garnieren Sie sie mit frischen Kräutern.

TIPP

Die Kokosnussmilch sorgt für einen Ausgleich der Aromen in dieser Suppe. Sie können Sie jedoch auch weglassen.



23 MIN



(EN)

CABBAGE & MEATBALLS SOUP

An autumn and winter soup that contains your favourite recipe for meatballs.

80 g green or savoy cabbage
 80 g sweet potato
 1 tomato
 1 small finely chopped red onion (30 g)
 2 tsp fennel seeds
 150 g very small meatballs made from your favourite recipe.
 800 ml Vegetable stock
 ground black pepper
 Optional: a few drops of Worcestershire sauce
 Parmesan cheese flakes to finish

Procedure:

- Prepare small meatballs, about 2-3 cm in thickness, according to your recipe.
- Wash, trim and slice the cabbage into thin strips. Cut the potato in small cubes, do the same with the tomato.
- Add all of the ingredients into the Soup maker with the meatballs carefully on top. Close the lid and select the Chunky soup program.
- When ready, finish the soup with ground pepper and Parmesan cheese flakes.

Tip:

For a vegetarian version substitute the meatballs with butter beans and extra Parmesan cheese.

(ES)

SOPA DE COL Y ALBÓNDIGAS

Una sopa de otoño e invierno que contiene tu receta favorita de albóndigas.

80 g de col verde o de Milán
 80 g de boniato
 1 tomate
 1 cebolla roja pequeña bien picada (30 g)
 2 cucharaditas de semillas de hinojo
 150 g de albóndigas muy pequeñas hechas con tu receta favorita.
 800 ml de caldo de verduras
 pimienta negra molida
 Opcional: unas gotas de salsa Worcestershire
 Copos de queso parmesano para terminar

Pasos:

- Prepara albóndigas pequeñas, de 2 o 3 cm de grosor, siguiendo tu receta.
- Lava la col y córtala en rodajas hasta obtener tiras finas. Corta la patata en dados pequeños y haz lo mismo con el tomate.
- Una vez que hayas añadido todos los ingredientes al Más que sopas, incorpora las albóndigas con cuidado. Cierra la tapa y selecciona el programa de sopa con trocitos.
- Cuando esté lista, dale el toque final a la sopa con pimienta negra y copos de queso parmesano.

Consejo:

Para preparar una versión vegetariana, sustituye las albóndigas por habones o más queso parmesano.

(DE)

KOHLSUPPE MIT FLEISCHKLÖSSCHEN

Eine Herbst- und Wintersuppe mit Ihrem Lieblingsrezept für Fleischklößchen.

80 g Grünkohl oder Wirsing
 80 g Süßkartoffeln
 1 Tomate
 1 fein gehackte rote Zwiebel (30 g)
 2 TL Fenchelsamen
 150 g sehr kleine Fleischklößchen nach Ihrem Lieblingsrezept
 800 ml Gemüsebrühe
 Gemahlener schwarzer Pfeffer
 Optional: ein paar Tropfen Worcestersauce
 Geriebener Parmesan zum Garnieren

Zubereitung:

- Bereiten Sie nach Ihrem Lieblingsrezept kleine Fleischklößchen mit 2-3 cm Durchmesser zu.
- Waschen, putzen und schneiden Sie den Kohl in dünne Streifen. Schneiden Sie die Kartoffeln und die Tomate in kleine Würfel.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, und legen Sie die Fleischklößchen obenauf. Schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für Suppe mit Stückchen.
- Wenn die Suppe fertig ist, garnieren Sie sie mit gemahlenem Pfeffer und dem geriebenen Parmesan.

TIPP

Als vegetarische Variante können Sie die Fleischklößchen durch Butterbohnen und extra viel Parmesan ersetzen.



23 MIN



(EN)

GAZPACHO

This cold summer soup can be served as a starter or a refreshing snack during a hot day.

500 g fresh tomatoes
100 g cucumber
70 g green pepper
50 g red onion
50 g chili pepper
2 small garlic cloves, skin removed
50 g bread
50 ml white wine vinegar
100 ml olive oil
250 ml water
good pinch of salt

Procedure:

- Remove the core of the tomatoes and the garlic. Remove the seeds and core of the chili pepper and green pepper. Chop all of the ingredients roughly.
- Place all of the ingredients into the Soup maker, close the lid and select the Smoothie program.
- Chill in the fridge and serve cold.

Tip:

Cold soup needs to be seasoned well. If needed, add some more salt and pepper to taste.

(ES)

GAZPACHO

Esta sopa fría de verano se puede servir como primer plato o como refrescante aperitivo durante un día caluroso.

500 g de tomates frescos
100 g de pepino
70 de pimiento verde
50 g de cebolla roja
50 g de chile
2 dientes de ajo pequeños sin piel
50 g de pan
50 ml de vinagre de vino blanco
100 ml de aceite de oliva
250 ml de agua
una buena pizca de sal

Pasos:

- Quita el corazón a los tomates y a los ajos. Quita las semillas y el corazón al chile y al pimiento verde. Pica todos los ingredientes en trocitos grandes.
- Añade todos los ingredientes al Más que sopas. Cierra la tapa y selecciona el programa de batido.
- Enfría el plato en el frigorífico y sírvelo frío.

Consejo:

Las sopas frías deben sazonarse bien. Si es necesario, añade un poco más de sal y pimienta al gusto.

(DE)

GAZPACHO

Diese kalte Sommersuppe kann als Vorspeise oder erfrischender Snack während eines heißen Tages serviert werden.

500 g frische Tomaten
100 g Gurken
70 g grüne Paprika
50 g rote Zwiebel
50 g Chili
2 kleine Knoblauchzehen, geschält
50 g Brot
50 ml Weißweinessig
100 ml Olivenöl
250 ml Wasser
eine großzügige Prise Salz

Zubereitung:

- Entkernen Sie die Tomaten und den Knoblauch. Entfernen Sie die Samen und den Kern der Chilischote und der grünen Paprika. Hacken Sie alle Zutaten grob.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Smoothies aus.
- Kühlen Sie die Suppe im Kühlschrank, und servieren Sie sie kalt.

Tipp:

Kalte Suppe muss gut gewürzt werden. Geben Sie ggf. mehr Salz und Pfeffer hinzu, je nach Belieben.



3 MIN

+





(EN)

CHILLED CUCUMBER AND AVOCADO SOUP

Another quick chilled soup to refresh you in summer.

2 avocados
 1 cucumber (350 g)
 Juice of 2 limes
 2 tbsp fresh mint
 2 tbsp fresh coriander
 400 ml cold vegetable stock
 pepper & salt, to taste
 Optional: 100 ml low fat yoghurt
 extra mint, extra coriander, goat's cheese, to garnish

Procedure:

- Cut the avocados in half lengthways, remove the stones with a spoon and scoop out the flesh. Cut into cubes.
- Peel and quarter the cucumber and chop into 1-2cm pieces. You can leave some of the skin on for an extra bright colour.
- Place all of the ingredients into the Soup maker, and select the Smoothie program.
- When the soup is ready, open the lid and pour the soup into a container. Place the soup in the fridge until chilled. Just before serving, crumble over some goat's cheese and sprinkle with the reserved, chopped herbs.

Tip:

The yoghurt will make this soup even more refreshing and creamy. Add the yoghurt with all of the ingredients before selecting the smoothie program.
 Serve with some crispy savoury snacks, like baked puff pastry strips.

(ES)

SOPA FRÍA DE PEPINO Y AGUACATE

Otra sopa fría y rápida para refrescarte este verano.

2 aguacates
 1 pepino (350g)
 el zumo de 2 limas
 2 cucharadas de menta fresca
 2 cucharadas de cilantro fresco
 400 ml de caldo de verduras frío
 pimienta y sal al gusto
 Opcional: 100 ml de yogur desnatado
 más menta, cilantro y queso de cabra para decorar

Pasos:

- Corta los aguacates a lo largo por la mitad, quita el hueso con una cuchara y saca la pulpa. Córtala en dados.
- Pela los pepinos y córtalos en cuatro trozos. Pícalos en trozos de 1-2 cm. Puedes dejar parte de la piel para obtener un color más brillante.
- Coloca todos los ingredientes en el robot y selecciona el programa de batido.
- Cuando la sopa esté lista, abre la tapa y viértela en un recipiente. Coloca la sopa en el frigorífico hasta que se enfríe. Justo antes de servirla, desmenuza un poco de queso de cabra encima y espolvorea las hierbas picadas que has reservado.

Consejo:

El yogur hace que esta sopa sea incluso más refrescante y cremosa. Añade el yogur con todos los ingredientes antes de seleccionar el programa de batido.
 Sírvela con aperitivos salados, como empanadillas de hojaldre.

(DE)

KALTE GURKEN- UND AVOCADO-SUPPE

Eine weitere kalte Suppe als Erfrischung im Sommer.

2 Avocados
 1 Gurke (350 g)
 Saft von 2 Limetten
 2 EL frische Minze
 2 EL frischer Koriander
 400 ml kalte Gemüsebrühe
 Pfeffer und Salz zum Abschmecken
 Optional: 100 ml fettarmer Joghurt
 Extra: Minze, Koriander und Ziegenkäse zum Garnieren

Zubereitung:

- Halbieren Sie die Avocados längs, entfernen Sie die Kerne mit einem Löffel, entnehmen Sie das Fruchtfleisch, und schneiden Sie es in Würfel.
- Schälen und vierteln Sie die Gurke, und schneiden Sie sie in 1-2 cm große Stücke. Belassen Sie einen Teil der Schale an der Gurke, um eine besonders intensive Farbe zu erhalten.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter, und wählen Sie das Programm für Smoothies aus.
- Wenn die Suppe fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie die Suppe in einen Behälter. Stellen Sie die Suppe in den Kühlschrank, bis sie abgekühlt ist. Zerbröseln Sie kurz vor dem Servieren etwas Ziegenkäse, und streuen Sie dann die zur Seite gelegten, gehackten Kräuter darüber.

Tipp:

Mit dem Joghurt wird diese Suppe sogar noch frischer und cremiger. Geben Sie den Joghurt zu den anderen Zutaten, bevor Sie das Programm für Smoothies auswählen.
 Servieren Sie dazu knusprige würzige Snacks wie Blätterteig-Streifen.



3 MIN

+





(EN)

CHILLED CHERRY SOUP

A fruity dessert after a nice summer meal.

500 g cherries
 150 ml white wine
 ½ -1 tsp ground cinnamon
 150 g sugar
 30 ml lemon juice
 Optional: whipped cream, to garnish

Procedure:

- Stone the cherries, placing a few whole ones aside for garnishing later.
- Place all of the ingredients into the Soup maker. Pour in 370 ml water. Close the lid and select the Puréed soup program.
- When the soup is ready, pour into a large container and chill in the fridge for at least 3 hours.
- Serve with some whole fresh cherries and perhaps some whipped cream.

Tip:

This chilled dessert soup can also be enjoyed warm. It'd be a great alternative to mulled wine during the Christmas season. There is some alcohol in this soup. You can replace this with water or orange juice.

(ES)

OPA FRÍA DE CEREZAS

Un postre con fruta después de una agradable comida de verano.

500 g de cerezas
 150 ml de vino blanco
 ½-1 cucharada de canela molida
 150 g de azúcar
 30 ml de zumo de limón
 Opcional, nata montada para decorar

Pasos:

- Quita los huesos a las cerezas y reserva algunas enteras para decorar más tarde.
- Coloca todos los ingredientes en el robot. Vierte 370 ml de agua. Cierra la tapa y selecciona el programa de sopa crema.
- Cuando la sopa esté lista, viértela en un recipiente grande y enfríala en el frigorífico durante al menos 3 horas.
- Sírvela con algunas cerezas enteras e incluso un poco de nata montada.

Consejo:

Esta sopa de postre fría también se puede disfrutar caliente. Es una alternativa fantástica al vino caliente que se toma en Navidad. Esta sopa contiene un poco de alcohol. Puedes sustituirlo por agua o zumo de naranja.

(DE)

KIRSCHKALTSCHALE

Ein fruchtiges Dessert nach einem leckeren Sommergericht.

500 g Kirschen
 150 ml Weißwein
 ½-1 TL gemahlene Zimt
 150 g Zucker
 30 ml Zitronensaft
 Optional: Schlagsahne zum Garnieren

Zubereitung:

- Entkernen Sie die Kirschen, legen Sie dabei einige ganze Kirschen beiseite – für später zum Garnieren.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter. Geben Sie 370 ml Wasser hinzu. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für pürierte Suppen aus.
- Wenn die Suppe fertig ist, geben Sie sie in einen großen Behälter; und lassen Sie sie im Kühlschrank mindestens 3 Stunden lang abkühlen.
- Servieren Sie dazu einige ganze frische Kirschen und eventuell etwas Schlagsahne.

Tipp:

Diese Kaltschale kann auch warm gegessen werden, und zwar als tolle Alternative zu Glühwein in der Weihnachtszeit. Die Suppe enthält etwas Alkohol. Sie können diesen durch Wasser oder Orangensaft ersetzen.



23 MIN
 +
 180 MIN



(EN)

MINTY MELON SOUP

Very refreshing in the summer as desert or drink. Cantaloupe or Galia melon are nice but any type will work.

600 g melon, without skin
juice of 1 lime
mint leafs from 5-10 stalks
3 tbsp honey (maybe less, depending on melon)
250 ml hot water

Procedure:

- Infuse the hot water with the mint and honey in 5 minutes.
- Meanwhile chop the melon roughly and place into the Soup maker. Add the infused water and the lime juice. Select the Smoothie program.
- When the program is ready, pour into a large container and chill in the fridge for at least 1 hour. You can add ice cubes to speed up the process.

Tip:

Make sure the melon is ripe.

(ES)

SOPA DE MELÓN A LA MENTA

Muy refrescante en verano como postre o bebida. El melón cantaloupe o galia queda muy bien, pero se puede utilizar cualquier otro tipo.

600 g de melón sin cáscara
el zumo de 1 lima
hojas de menta de entre 5 y 10 tallos
3 cucharadas de miel (quizás menos, en función del melón)
250 ml de agua caliente

Pasos:

- Haz una infusión con las hojas de menta y la miel durante 5 minutos.
- Mientras tanto, pica el melón en trocitos grandes y ponlo en el Más que sopas. Añade el agua de la infusión y el zumo de lima. Selecciona el programa de batido.
- Cuando el programa haya terminado, vierte la sopa en un recipiente grande y déjala enfriar en el frigorífico durante al menos 1 hora. Puedes añadir cubitos de hielo para acelerar el proceso.

Consejo:

Asegúrate de que el melón esté maduro.

(DE)

MINZIGE MELONENSUPPE

Im Sommer ein sehr erfrischendes Dessert oder Getränk. Zucker- oder Galiamelonen eignen sich sehr gut, aber Sie können jede beliebige Melone verwenden.

600 g Melone ohne Schale
Saft einer Limette
Minzeblätter von 5-10 Zweigen
3 EL Honig (je nach Melone etwas weniger)
250 ml heißes Wasser

Zubereitung:

- Geben Sie die Minze und den Honig in das heiße Wasser, und lassen Sie sie 5 Minuten lang ziehen.
- Schneiden Sie inzwischen die Melone in grobe Stücke, und geben Sie sie in den Suppenzubereiter. Geben Sie dann das Minze-Honig-Wasser und den Limettensaft hinzu. Wählen Sie das Programm für Smoothies aus.
- Wenn das Programm fertig ist, gießen Sie die Suppe in einen großen Behälter, und lassen Sie sie mindestens 1 Stunde im Kühlschrank abkühlen. Sie können Eiswürfel hinzugeben, um den Vorgang zu beschleunigen.

TIPP

Achten Sie darauf, dass die Melone reif ist.



3 MIN

+





(EN)

TABBOULEH OF QUINOA

Quinoa can be used as a grain but technically it is more related to plants, gluten free and rich in protein and vitamins.

200 g quinoa
550 ml stock
1 tbsp fennel seeds,
chopped fresh rosemary leafs

To finish the tabboulet:

2 chopped tomatoes
1-2 handfuls of chopped fresh herbs: basil,
parsley, coriander
2 tbsp juice of lemon or 1 tbsp vinegar
3 tbsp of olive oil
50 g chopped walnuts or almonds
Optional: crumbled goat cheese

Procedure:

- Add the ingredients into the Soup maker and select the Compote program.
- When ready leave the quinoa in the appliance for 5-10 minutes to get fully tender.
- Finish the recipe by mixing the quinoa with the rest of the ingredients.
- Serve directly or store in the fridge for later.

Tip:

You can replace quinoa for bulgur, which works with the same timings and water quantity.

(ES)

TABULÉ DE QUINUA

La quinua se puede utilizar como un cereal, pero técnicamente se relaciona más con las plantas; no contiene gluten y es rica en proteínas y vitaminas.

200 g de quinua
550 ml de caldo
1 cucharada de semillas de hinojo
hojas de romero fresco picadas

Para terminar el tabulé:

2 tomates picados
1 o 2 puñados de hierbas frescas picadas: albahaca, perejil o cilantro
2 cucharadas de zumo de limón o 1 cucharada de vinagre
3 cucharadas de aceite de oliva
50 g de nueces o almendras picadas
Opcional: queso de cabra desmenuzado

Pasos:

- Incorpora los ingredientes al Más que sopas y selecciona el programa de compota.
- Cuando haya terminado, deja reposar la quinua en el aparato de 5 a 10 minutos para que quede totalmente tierna.
- Termina la receta mezclando la quinua con el resto de los ingredientes.
- Puedes servirla directamente o guardarla en el frigorífico para tomarla más tarde.

Consejo:

Puedes sustituir la quinua por bulgur, al que se pueden aplicar los mismos tiempos y la misma cantidad de agua.

(DE)

QUINOA-TABOULÉ

Quinoa kann als Getreide verwendet werden, ist jedoch eigentlich enger mit Pflanzen verwandt, glutenfrei und reich an Proteinen und Vitaminen.

200 g Quinoa
550 ml Brühe
1 EL Fenchelsamen,
gehackte frische Rosmarinblätter

Zum Abrunden des Taboulé:

2 gehackte Tomaten
1-2 Handvoll gehackte frische Kräuter: Basilikum, Petersilie, Koriander
2 EL Zitronensaft oder 1 EL Essig
3 EL Olivenöl
50 g gehackte Walnüsse oder Mandeln
Optional: zerbröselter Ziegenkäse

Zubereitung:

- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter und wählen Sie das Programm für Kompott.
- Wenn das Programm fertig ist, lassen Sie den Quinoa weitere 5-10 Minuten im Gerät ziehen, bis er zart ist.
- Mischen Sie den Quinoa mit den restlichen Zutaten.
- Servieren Sie ihn sofort, oder bewahren Sie ihn für später im Kühlschrank auf.

TIPP

Sie können den Quinoa durch Bulgur ersetzen. Die Zeiten und Wassermenge bleiben gleich.



15 MIN
+
10 MIN



(EN)

LENTIL SALAD

This makes a perfect picnic dish. Vary with other dressings or any salad ingredients you have available.

300 g lentils (Tip)
750 g vegetable stock
Optional: fennel or cumin seeds

To finish the salad:

2 tomatoes, finely chopped
¼ cucumbers, chopped in small cubes
1 head leaf lettuce, chopped
juice of 1 lemon
4 tbsp extra virgin olive oil
handful fresh parsley, basil or coriander

Procedure:

- Add the lentils and stock into the Soup maker, close the lid and select the Compote program.
- When the program is ready leave the appliance closed for about 10-15 minutes until the lentils are tender but still firm.
- Drain excessive stock, add to a large bowl and wait to cool.
- Finish by adding the remaining ingredients and toss well.

Tip:

There are many different lentil types. Red lentils get a bit too soft for this recipe; French green, black and brown lentils will keep a lot of texture and are more suitable.

(ES)

ENSALADA DE LENTEJAS

Esta ensalada es un plato perfecto para un picnic. Puedes variarla con cualquier aliño o ingrediente de ensalada que tengas a mano.

300 g de lentejas (consejo)
750 ml de caldo de verduras
Opcional: semillas de hinojo o comino

Para terminar la ensalada:

2 tomates bien picados
¼ de pepino picado en dados pequeños
1 lechuga de cogollo picada
el zumo de 1 limón
4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
un puñado de perejil, albahaca o cilantro fresco

Pasos:

- Añade las lentejas y el caldo al Más que sopas, cierra la tapa y selecciona el programa de compota.
- Cuando el programa haya terminado, deja el aparato cerrado entre 10 y 15 minutos aproximadamente hasta que las lentejas estén tiernas, sin que lleguen a deshacerse.
- Escurre el exceso de caldo, añade las lentejas a un recipiente grande y deja que se enfríen.
- Termina añadiendo el resto de ingredientes y mézclalos bien.

Consejo:

Hay muchos tipos diferentes de lentejas. Las lentejas rojas quedan demasiado blandas para esta receta, las lentejas verdes francesas, las negras y las marrones mantienen bien la textura y son más adecuadas.

(DE)

LINSENSALAT

Das perfekte Picknickgericht. Probieren Sie auch andere Dressings und Salatzutaten aus, die Sie im Haus haben.

300 g Linsen (Tipp)
750 ml Gemüsebrühe
Optional: Fenchel- oder Kreuzkümmelsamen

Zum Abrunden des Salats:

2 Tomaten, fein gehackt
¼ Gurke in kleinen Würfeln
1 Kopf Salat, gehackt
Saft einer Zitrone
4 EL natives Olivenöl extra
Eine Handvoll frische Petersilie, Basilikum oder Koriander

Zubereitung:

- Geben Sie die Linsen und die Brühe in den Suppenzubereiter; schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Kompott.
- Wenn das Programm fertig ist, lassen Sie das Gerät 10-15 Minuten geschlossen, bis die Linsen zart, aber noch fest sind.
- Gießen Sie überschüssige Brühe ab, geben Sie die Linsen in eine große Schüssel, und lassen Sie sie abkühlen.
- Geben Sie abschließend die restlichen Zutaten hinzu, und mischen Sie sie gut durch.

Tipp

Es gibt viele verschiedene Linsenarten. Rote Linsen werden etwas zu weich für dieses Rezept. Französische grüne, schwarze und braune Linsen behalten ihre Textur bei und eignen sich besser.



15 MIN
+
10 MIN



(EN)

TOASTED BUCKWHEAT SIDE DISH

Another gluten free option to serve as a carb alternative to your main meal.

300 g uncooked roasted buckwheat groats
750 ml vegetable stock
Optional: 1 tbsp cumin seeds

To finish the dish:

juice of 1 lemon
4 tbsp olive oil
1 handful of chopped parsley
ground black pepper, to taste
optional: finely chopped spring onions

Procedure:

- Add the buckwheat and stock into the Soup maker, close the lid and select the Compote program.
- When the program is ready leave the appliance closed for 10 minutes until the buckwheat is tender but still firm.
- Open the lid, drain excessive stock and add to a serving bowl.
- Add the remaining ingredients, toss well and serve as a side dish to your meal.

Tip:

Try combining buckwheat and lentils together in the Soup maker as base for a salad.

(ES)

ACOMPANAMIENTO DE TRIGO SARRACENO TOSTADO

Otra opción sin gluten para servir como alternativa a los hidratos de carbono junto con el plato principal.

300 g de sémola de trigo sarraceno tostado sin cocer
750 ml de caldo de verduras
Opcional: 1 cucharada de semillas de comino

Para terminar el plato:

el zumo de 1 limón
4 cucharadas de aceite de oliva
1 puñado de perejil picado
pimienta negra molida al gusto
opcional: cebolleta bien picada

Pasos:

- Incorpora el trigo sarraceno y el caldo al Más que sopas, cierra la tapa y selecciona el programa de compota.
- Cuando el programa haya terminado, deja el aparato cerrado durante 10 minutos hasta que el trigo sarraceno esté tierno, sin que lleguen a deshacerse.
- Abre la tapa, escurre el exceso de caldo y añade el trigo a un recipiente para servir.
- Añade el resto de ingredientes, mézclalos bien y sírvelos como acompañamiento del menú.

Consejo:

Prueba a combinar trigo sarraceno y lentejas en el Más que sopas como base para una ensalada.

(DE)

GETOASTETER BUCHWEIZEN ALS BEILAGE

Eine weitere glutenfreie Option als Sättigungsbeilage zu Ihrem Hauptgericht.

300 g ungekochte, geröstete
Buchweizengrütze
750 ml Gemüsebrühe
Optional: 1 EL Kreuzkümmel

Zum Abrunden des Gerichts:

Soft einer Zitrone
4 EL Olivenöl
Eine Handvoll gehackte Petersilienblätter
Gemahlener schwarzer Pfeffer zum Abschmecken
Optional: fein gehackte Frühlingszwiebeln

Zubereitung:

- Geben Sie den Buchweizen und die Brühe in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Kompott.
- Wenn das Programm fertig ist, lassen Sie das Gerät 10 Minuten geschlossen, bis der Buchweizen zart, aber noch fest ist.
- Öffnen Sie den Deckel, gießen Sie überschüssige Brühe ab, und geben Sie den Buchweizen in eine Servierschale.
- Geben Sie die restlichen Zutaten hinzu, vermischen Sie alles gut, und servieren Sie das Gericht als Beilage.

Tipp

Versuchen Sie, als Salatgrundlage Buchweizen und Linsen im Suppenzubereiter zu kombinieren.



15 MIN
+
10 MIN



(EN)

SPICED APPLE COMPOTE

This apple compote tastes great with homemade pancakes.

650 g apples
1 tbsp brown sugar
1/8 tsp ground cloves
zest of 1/2 lemon
Extra: 1 tsp ground cinnamon

Procedure:

- Peel and cut the apples in 8 pieces, remove the core.
- Put all of the ingredients into the Soup maker and pour in 100 ml water. Close the lid, select the Compote program.
- When the program is ready, you could press the manual blending function shortly for one or two times.
- Open the lid and serve the compote, Dusted with cinnamon.

Tip:

You can also make this compote with pears, quinces or rhubarb in combination with apples.

(ES)

COMPOTA DE MANZANA ESPECIADA

Esta compota de manzana queda genial con tortitas caseras.

650 g de manzanas
1 cucharada de azúcar moreno
1/8 de cucharada de clavo molido
la ralladura de 1/2 limón
Extra: 1 cucharada de canela molida

Pasos:

- Pela y corta las manzanas en 8 trocitos y quítales el corazón.
- Incorpora todos los ingredientes al Más que sopas y vierte 100 ml de agua. Cierra la tapa y selecciona el programa de compota.
- Cuando el programa haya terminado, puedes pulsar la función de mezclado manual brevemente una o dos veces.
- Abre la tapa y sirve la compota con canela espolvoreada.

Consejo:

También puedes preparar esta compota con peras, membrillos o ruibarbo junto con las manzanas.

(DE)

WÜRZIGES APFELKOMPOTT

Dieses Apfelkompott schmeckt toll zu hausgemachten Pfannkuchen.

650 g Äpfel
1 EL brauner Zucker
1/8 TL gemahlene Nelken
Schale einer halben Zitrone
Extra: 1 TL gemahlener Zimt

Zubereitung:

- Schälen und schneiden Sie die Äpfel in 8 Stücke. Entfernen Sie dabei das Gehäuse.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, und geben Sie 100 ml Wasser hinzu. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Kompott aus.
- Wenn das Programm fertig ist, drücken Sie optional ein oder zwei Mal kurz die Mixfunktion.
- Öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie das Kompott mit einem Hauch Zimt.

Tipp:

Sie können dieses Kompott auch mit Birnen, Quitten oder Rhabarber in Kombination mit Äpfeln zubereiten.



15 MIN



(EN)

RHUBARB AND STRAWBERRY COMPOTE

Lemongrass and orange juice add a twist to this classic combination.

300 g rhubarb sticks
400 g strawberries
100 ml orange juice
3 tsp finely chopped lemongrass (about 5 cm piece)
100 g sugar
1 vanilla pod

Procedure:

- Remove the leaves from the rhubarb, trim the ends, peel and slice into 1-2 cm pieces. Hull and quarter the strawberries. Split the vanilla pod lengthways and scrape out the seeds. Reserve both the seeds and the pod.
- Place all of the ingredients into the Soup maker. Close the lid and select the Compote program.
- When the program is ready, you could press the manual blending function shortly for one or two times.
- Open the lid and serve, or refrigerate until use.

Tip:

Serve over some cheesecake, ice cream or pancakes.

(ES)

COMPOTA DE RUIBARBO Y FRESA

El zumo de hierba limón o naranja aporta innovación a esta combinación clásica.

300 g de tallos de ruibarbo
400 g de fresas
100 ml de zumo de naranja
3 cucharadas de hierba limón muy picada (en trozos de unos 5 cm)
100 g de azúcar
1 vaina de vainilla

Pasos:

- Quita las hojas al ruibarbo, corta los extremos, pévalo y pícalo en trozos de 1-2 cm. Quita el rabito a las fresas y córtalas en cuatro trozos. Abre la vaina de vainilla a lo largo y saca las semillas. Reserva las semillas y la vaina.
- Añade todos los ingredientes al Más que sopas. Cierra la tapa y selecciona el programa de compota.
- Cuando el programa haya terminado, puedes pulsar la función de mezclado manual brevemente una o dos veces.
- Abre la tapa y sírvela, o guárdala en el frigorífico hasta su uso.

Consejo:

Se puede servir sobre tarta de queso, helado o tortitas.

(DE)

ERDBEER-RHABARBER-KOMPOTT

Zitronengras und Orangensaft verleihen dieser klassischen Kombination eine besondere Note.

300 g Rhabarberstangen
400 g Erdbeeren
100 ml Orangensaft
3 TL fein gehacktes Zitronengras (etwa 5 cm große Stücke)
100 g Zucker
1 Vanilleschote

Zubereitung:

- Entfernen Sie die Blätter vom Rhabarber, schneiden Sie die Enden ab, schälen Sie ihn, und schneiden Sie ihn in 1-2 cm große Stücke. Entkelchen und vierteln Sie die Erdbeeren. Schneiden Sie die Vanilleschote längs auf, und kratzen Sie das Mark heraus. Legen sie sowohl das Mark als auch die Schote beiseite.
- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Kompott.
- Wenn das Programm fertig ist, drücken Sie optional ein- oder zweimal kurz die Mixfunktion.
- Öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie es, oder frieren Sie es ein, um es später zu verwenden.

Tipp:

Servieren Sie es zu Käsekuchen, Eis oder Pfannkuchen.



15 MIN



(EN)

BANANA COMPOTE

This compote is a great dessert, especially served with some vanilla ice cream.

600 g bananas
300 ml water
3 tbsp rum
½ -1 tsp ground cinnamon + extra for garnish
50 g sugar

Procedure:

- Peel the bananas and cut into slices.
- Place all of the ingredients into the Soup maker and add 300 ml water. Close the lid and select the Compote program.
- When the program is ready, you could press the manual blending function shortly for one or two times.
- Open the lid. Serve, dusted with cinnamon, as an accompaniment to pancakes, ice cream or cake.

Tip:

You can replace half of the water with coconut milk. You can leave out the rum. Raisins are a nice addition to this compote.

(ES)

COMPOTA DE PLÁTANO

Esta compota es un postre ideal, especialmente si se sirve con un poco de helado de vainilla.

600 g de plátanos
300 ml de agua
3 cucharadas de ron
½-1 cucharada de canela molida y un poco más para decorar
50 g de azúcar

Pasos:

- Pela los plátanos y córtalos en rodajas.
- Coloca todos los ingredientes en el robot y añade 300 ml de agua. Cierra la tapa y selecciona el programa de compota.
- Cuando el programa haya terminado, puedes pulsar la función de mezclado manual brevemente una o dos veces.
- Abre la tapa. Sírvela espolvoreada con canela como acompañamiento de tortitas, helado o tartas.

Consejo:

Puedes sustituir la mitad del agua por leche de coco. Puedes suprimir el ron. Las uvas pasas son un acompañamiento ideal para esta compota.

(DE)

BANANENKOMPOTT

Dieses Kompott ist ein großartiges Dessert, besonders wenn Sie es mit Vanilleeis servieren.

600 g Bananen
300 ml Wasser
3 EL Rum
½-1 TL gemahlene Zimt + extra Zimt zum Garnieren
50 g Zucker

Zubereitung:

- Schälen und schneiden Sie die Bananen in Scheiben.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter, und geben Sie 300 ml Wasser hinzu. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Kompott aus.
- Wenn das Programm fertig ist, drücken Sie optional ein oder zwei Mal kurz die Mixfunktion.
- Öffnen Sie den Deckel. Servieren Sie es mit einem Hauch von Zimt als Beilage zu Pfannkuchen, Eis oder Kuchen.

Tipp:

Sie können die Hälfte des Wassers durch Kokosmilch ersetzen. Sie können den Rum auch weglassen. Rosinen sind eine leckere Ergänzung zu diesem Kompott.



15 MIN



(EN)

PEACH COMPOTE WITH ROSEWATER

A splash of rosewater gives this compote a nice floral scent.

600 g peach
50 g sugar
1 tbsp rosewater
Juice of ½ lemon
100 ml water

Procedure:

- Remove the pits from the peaches.
- Place all of the ingredients into the Soup Maker. Close the lid and select the Compote program.
- When the program is ready, you could press the manual blending function shortly for one or two times.
- Open the lid and serve.

Tip:

Serve this compote with some vanilla ice cream, with pancakes or scones.

(ES)

COMPOTA DE MELOCOTÓN CON AGUA DE ROSAS

Un toque de agua de rosas aporta a esta compota un agradable aroma floral.

600 g de melocotones
50 g de azúcar
1 cucharada de agua de rosas
el zumo de ½ limón
100 ml de agua

Pasos:

- Quita los huesos a los melocotones.
- Añade todos los ingredientes al Más que sopas. Cierra la tapa y selecciona el programa de compota.
- Cuando el programa haya terminado, puedes pulsar la función de mezclado manual brevemente una o dos veces.

Consejo:

Sirve esta compota con un poco de helado de vainilla, con tortitas o bollos.

(DE)

PFIRSICHKOMPOTT MIT ROSENWASSER

Ein Tropfen Rosenwasser verleiht diesem Kompott einen angenehmen Blütenduft.

600 g Pfirsiche
50 g Zucker
1 EL Rosenwasser
Saft einer halben Zitrone
100 ml Wasser

Zubereitung:

- Entkernen Sie die Pfirsiche.
- Geben Sie alle Zutaten in den Suppenzubereiter. Schließen Sie den Deckel, und starten Sie das Programm für Kompott.
- Wenn das Programm fertig ist, drücken Sie optional ein oder zwei Mal kurz die Mixfunktion.
- Öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie es.

Tipp:

Servieren Sie dieses Kompott zusammen mit etwas Vanilleeis, mit Pfannkuchen oder Scones.



15 MIN



(EN)

BANANA SMOOTHIE

With only three ingredients, this classic combination is a very easy-to-make smoothie.

350 g bananas
600 ml milk
2 scoops (100 g) vanilla ice cream

Procedure:

- Place all of the ingredients into the Soup maker; close the lid and select the Smoothie option.
- When the smoothie is ready, open the lid and serve the smoothie in tall glasses with a straw.

Tip:

The vanilla ice cream gives this smoothie extra flavour and sweetness. Adding ice cream is the quickest way to chill a smoothie. You can use crushed ice instead.

(ES)

BATIDO DE PLÁTANO

Con solo tres ingredientes, esta combinación clásica es un batido muy fácil de preparar.

350 g de plátanos
600 ml de leche
2 cucharadas (100 g) de helado de vainilla

Pasos:

- Coloca todos los ingredientes en el robot, cierra la tapa y selecciona el programa de batido.
- Cuando el batido esté listo, abre la tapa y sirve el batido en vasos altos con una pajita.

Consejo:

El helado de vainilla aporta a este batido más sabor y dulzor. La forma más rápida de enfriar un batido es añadir helado. También puedes utilizar hielo picado.

(DE)

BANANEN-SMOOTHIE

Nur drei Zutaten werden für diese klassische und einfach herzustellende Kombination benötigt.

350 g Bananen
600 ml Milch
2 Kugeln (100 g) Vanilleeis

Zubereitung:

- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter; schließen Sie den Deckel, und wählen Sie die Option für Smoothies.
- Wenn der Smoothie fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie ihn in hohen Gläsern mit einem Strohhalm.

Tipp:

Das Vanilleeis sorgt im Smoothie für zusätzlichen Geschmack und extra Süße. Durch die Hinzugabe von Eis lässt sich der Smoothie schnell abkühlen. Sie können auch zerstoßenes Eis verwenden.



3 MIN



(EN)

RASPBERRY BUTTERMILK SMOOTHIE

A wonderful way to wake up in the morning.

500 g fresh raspberries
500 ml buttermilk
200 ml sparkling water

Procedure:

- Place all of the ingredients into the soup maker; close the lid and select the Smoothie option.
- When the smoothie is ready, open the lid and serve in tall glass with a straw.

Tip:

You can also use bananas, strawberries, blueberries or blackberries in this smoothie. If you can't find buttermilk, you can make it yourself. Pour 500 ml milk into a bowl and stir in 2 tbsp lemon juice. Leave to stand (remove) for 5 minutes, then process as described in the recipe. To enjoy your drink cold, use ingredients straight from the fridge, or add some crushed ice or cubes when the drink is ready.

(ES)

BATIDO DE FRAMBUESA Y SUERO DE LECHE

Una forma maravillosa de despertarte por la mañana.

500 g de frambuesas frescas
500 ml de suero de leche
200 ml de agua con gas

Pasos:

- Coloca todos los ingredientes en el robot, cierra la tapa y selecciona el programa de batido.
- Cuando el batido esté listo, abre la tapa y sírvelo en vasos altos con una pajita.

Consejo:

Para este batido puedes utilizar plátanos, fresas, arándanos o moras. Si no encuentras suero de leche, puedes prepararlo directamente. Vierte 500 ml de leche en un recipiente y añade 2 cucharadas de zumo de limón. Déjalo reposar durante 5 minutos y, a continuación, prepara la receta como se describe. Para disfrutar de la bebida fría, utiliza ingredientes de la nevera o añade un poco de hielo picado o algunos cubitos de hielo cuando la bebida esté lista.

(DE)

HIMBEER-BUTTERMILCH-SMOOTHIE

Eine wunderbare Möglichkeit, morgens wach zu werden.

500 g frische Himbeeren
500 ml Buttermilch
200 ml Mineralwasser

Zubereitung:

- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter, schließen Sie den Deckel, und wählen Sie die Option für Smoothies.
- Wenn der Smoothie fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie ihn in hohen Gläsern mit einem Strohalm.

Tipp:

Sie können auch Bananen, Erdbeeren, Heidelbeeren oder Brombeeren für dieses Smoothie-Rezept verwenden. Wenn Sie keine Buttermilch finden, können Sie diese auch selbst zubereiten. Geben Sie dazu 500 ml Milch in eine Schüssel, und rühren Sie 2 EL Zitronensaft ein. Lassen Sie sie 5 Minuten lang stehen, und gehen Sie dann vor wie im Rezept beschrieben. Um Ihr Getränk kalt genießen zu können, sollten Sie Zutaten direkt aus dem Kühlschrank verwenden oder etwas zerstoßenes Eis bzw. Eiskwürfel in das Getränk geben, sobald es fertig ist.



3 MIN



(EN)

GREEN SALAD SMOOTHIE

A salad in a glass, vary with different green leaves.

2 celery stalks
8 large Romaine lettuce leaves
1 banana
200 g mango or melon flesh
100 g cucumber or tomato
leaves of 4 stalks of mint
1 tbsp olive oil
300 ml water

Procedure:

- Roughly chop the ingredients. Add the ingredients into the Soup maker. Make sure there is enough water so that the minimal indicator is reached inside the appliance.
- Close the lid and select the Smoothie option.
- When the smoothie is ready, open the lid and serve in tall glasses with a straw.

Tip:

Add some ice cubes or crushed ice before serving.
The olive oil helps your body absorb the vitamin A, D, E and K in this drink - these vitamins can only be processed with oil/fat.

(ES)

BATIDO DE ENSALADA VERDE

Una ensalada en un vaso, que se puede preparar con diferentes hojas verdes.

2 tallos de apio
8 hojas grandes de lechuga romana
1 plátano
200 g de pulpa de mango o melón
100 g de pepino o tomate
las hojas de 4 tallos de menta
1 cucharada de aceite de oliva
300 ml de agua

Pasos:

- Pica los ingredientes en trocitos grandes y añádelos al Más que sopas. Asegúrate de que hay suficiente agua para llegar al indicador del nivel mínimo del interior del aparato.
- Cierra la tapa y selecciona el programa de batido.
- Cuando el batido esté listo, abre la tapa y sírvelo en vasos altos con una pajita.

Consejo:

Añade algunos cubitos de hielo o hielo picado antes de servir.
El aceite de oliva ayuda a que el cuerpo absorba las vitaminas A, D, E y K de esta bebida. Estas vitaminas solo se pueden procesar con aceite/grasa.

(DE)

SMOOTHIE MIT GRÜNEM SALAT

Ein Salat im Glas. Probieren Sie verschiedene grüne Blätter aus.

2 Stangen Sellerie
8 große Blätter Romanasalat
1 Banane
200 g Mango- oder Melonenfruchtfleisch
100 g Gurke oder Tomate
Blätter von 4 Zweigen Minze
1 EL Olivenöl
300 ml Wasser

Zubereitung:

- Hacken Sie die Zutaten grob. Geben Sie sie in den Suppenzubereiter. Achten Sie darauf, dass das Wasser die Mindestfüllhöhe im Gerät erreicht.
- Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Smoothies aus.
- Wenn der Smoothie fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie ihn in hohen Gläsern mit einem Strohalm.

Tipp:

Geben Sie Eiswürfel oder zerstoßenes Eis hinzu, bevor Sie ihn servieren.
Das Olivenöl hilft Ihrem Körper, das Vitamin A, D, E und K in diesem Getränk aufzunehmen. Diese Vitamine können nur mithilfe von Öl/Fett verarbeitet werden.



3 MIN



(EN)

COFFEE CHOCOLATE SHAKE

Pure Indulgence... Fine tune how creamy or sweet you want it.

2 espresso shots or 2 tbsp instant coffee powder
300 ml milk
150 ml cream
a few drops of vanilla essence
a pinch of cinnamon
1 tbsp cocoa powder
2 tbsp honey
10 ice cubes
to replace cream and vanilla:
2 scoops of vanilla ice cream

Procedure:

- Add all of the ingredients into the Soup maker
- Select the Smoothie program
- Serve in tall glasses with straws, sprinkle some cinnamon or cocoa on top.

Tip:

To go for a lean shake, replace the cream or ice cream with low fat milk.
The amount of honey you need is very personal.

(ES)

BATIDO DE CHOCOLATE Y CAFÉ

Pura indulgencia... Puedes hacerlo todo lo cremoso o dulce que quieras.

2 chorritos de espresso o 2 de café instantáneo en polvo
300 ml de leche
150 ml de nata
unas gotas de esencia de vainilla
una pizca de canela
1 cucharada de cacao en polvo
2 cucharadas de miel
10 cubitos de hielo
para sustituir la nata o la vainilla:
2 cucharadas de helado de vainilla

Pasos:

- Añade todos los ingredientes al Más que sopas.
- Selecciona el programa de batido.
- Sírvelo en vasos altos con pajitas y espolvorea un poco de canela o cacao por encima.

Consejo:

Para disminuir la grasa del batido, sustituye la nata o el helado por leche desnatada.
La cantidad de miel que puedes utilizar es algo muy personal.

(DE)

KAFFEE-SCHOKOLADEN-SHAKE

Ein purer Genuss. Passen Sie die Süße und Cremigkeit ganz nach Geschmack an.

2 Schuss Espresso oder 2 EL Instant-Kaffepulver
300 ml Milch
150 ml Sahne
Ein paar Tropfen Vanilleessenz
1 Prise Zimt
1 EL Kakaopulver
2 EL Honig
10 Eiswürfel
Als Ersatz für Sahne und Vanille:
2 Kugeln Vanille-Eis

Zubereitung:

- Geben Sie die Zutaten in den Suppenzubereiter.
- Wählen Sie das Smoothie-Programm.
- Servieren Sie den Shake in hohen Gläsern mit einem Strohhalm, und streuen Sie etwas Zimt oder Kakao darüber.

TIPP

Für eine kalorienärmere Variante ersetzen Sie die Sahne oder Eiscreme durch fettarme Milch.
Wie viel Honig Sie benötigen, hängt stark von Ihrem persönlichen Geschmack ab.



3 MIN



(EN)

INSTANT STRAWBERRY FROZEN YOGHURT

Frozen yoghurt is low in fat but has a rich ice cream texture.

300 + 300 g frozen strawberries
600 g yoghurt
2 tbsp sugar or honey

Procedure:

- Place the yoghurt, honey and 300 g of strawberries in the Soup maker. Close the lid and select the Smoothie program.
- When the program is finished, open the lid and add the rest of the frozen fruit. Close the lid again and use the Manual blending function to reach a thicker, but chunky consistency.
- When the frozen yoghurt is ready, open the lid and serve in cups.

Tip:

Add some drops of vanilla essence for a lovely vanilla flavour.
Any frozen fruit works well in this recipe. Why not try strawberries, blueberries, or pineapple?

(ES)

YOGUR HELADO DE FRESAS INSTANTÁNEO

El yogur helado es bajo en grasa, pero tiene una textura de helado muy rica.

300 + 300 g de fresas congeladas
600 g de yogur
2 cucharadas de azúcar o miel

Pasos:

- Coloca el yogur, la miel y 300 g de fresas en el robot. Cierra la tapa y selecciona el programa de batido.
- Cuando termine el programa, abre la tapa y añade el resto de la fruta congelada. Cierra la tapa de nuevo y utiliza la función de mezclado manual para obtener una consistencia más espesa, pero con trozos.
- Cuando el yogur helado esté listo, abre la tapa y sírvelo en tazas.

Consejo:

Añade unas gotas de esencia de vainilla para obtener un sabor muy agradable.
Esta receta se puede preparar con cualquier fruta congelada: fresas, arándanos, piña o mango.

(DE)

SCHNELLES JOGHURTEIS: ERDBEERE

Joghurteis hat einen geringen Fettgehalt, aber eine perfekte Eiskonsistenz.

300 + 300 g gefrorene Erdbeeren
600 g Joghurt
2 EL Zucker oder Honig

Zubereitung:

- Geben Sie den Joghurt, Honig und 300 g Erdbeeren in den Suppenzubereiter. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Programm für Smoothies aus.
- Wenn das Programm beendet ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie den Rest der gefrorenen Früchte dazu. Schließen Sie den Deckel erneut, und verwenden Sie die Funktion für manuelles Mixen, um eine dickere Konsistenz mit Stückchen zu erhalten.
- Wenn das Joghurteis fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und servieren Sie das Eis in Bechern.

Tipp:

Geben Sie einige Tropfen Vanilleessenz hinzu, um ein leckeres Vanillearoma zu erhalten.
Für dieses Rezept können auch andere gefrorene Früchte verwendet werden.
Warum nicht Himbeeren, Heidelbeeren oder Ananas?



3 MIN



(EN)

INSTANT FROZEN YOGHURT: MANGO

Mango is so creamy that you will not miss the cream in this frozen treat.

300 + 300 g frozen mango
650 g yoghurt
1-2 tbsp sugar
Extra: your favorite toppings

Procedure:

- Place the yoghurt, sugar and 300 g of the mango in the Soup maker. Close the lid and select the Smoothie program.
- When the program is finished, open the lid and add the rest of the frozen fruit.
- Close the lid again and use the Manual blending function to reach a thicker consistency. Hold the function for 5 seconds. Do this once or twice.
- Serve with your favorite toppings.

Tip:

Nice toppings are nuts, chocolate, fresh fruit or crumbled cookies.

(ES)

YOGUR HELADO INSTANTÁNEO: MANGO

El mango es tan cremoso que no echarás de menos la nata en esta delicia helada.

300 + 300 g de mango congelado
650 g de yogur
1 o 2 cucharadas de azúcar
Extra: tu cobertura favorita

Pasos:

- Añade el yogur, el azúcar y 300 g de mango al Más que sopas. Cierra la tapa y selecciona el programa de batido.
- Cuando el programa haya terminado, abre la tapa y añade el resto de la fruta congelada.
- Cierra la tapa de nuevo y utiliza la función de mezclado manual para obtener una consistencia más espesa. Utiliza esta función durante 5 segundos. Puedes hacerlo una o dos veces.
- Sirve el helado con tu cobertura favorita.

Consejo:

Para la cobertura, puedes usar frutos secos, chocolate, fruta fresca o galletas desmenuzadas.

(DE)

SCHNELLES JOGHURTEIS: MANGO

Mango ist so cremig, dass Sie die Sahne in dieser kalten Leckerei gar nicht vermissen werden.

300 + 300 g gefrorene Mango
650 g Joghurt
1-2 EL Zucker
Extra: Ihre Lieblingsgarnierung

Zubereitung:

- Geben Sie den Joghurt, Zucker und 300 g der Mango in den Suppenzubereiter. Schließen Sie den Deckel, und wählen Sie das Smoothie-Programm.
- Wenn das Programm fertig ist, öffnen Sie den Deckel, und geben Sie das restliche gefrorene Obst hinzu.
- Schließen Sie den Deckel erneut, und verwenden Sie die manuelle Mixfunktion, um eine dickere Konsistenz zu erreichen. Halten Sie die Funktionstaste 5 Sekunden lang gedrückt. Wiederholen Sie dies ein- oder zweimal.
- Servieren Sie das Dessert mit Ihrer Lieblingsgarnierung.

Tipp:

Zum Garnieren eignen sich Nüsse, Schokolade, frisches Obst oder Keksbrösel.



3 MIN



Lined writing area for page 86, consisting of 20 horizontal lines.

Lined writing area for page 87, consisting of 20 horizontal lines.



©2013 Koninklijke Philips N.V.
All rights reserved.

Document order number: 4241 210 15291