

DK/N Tips til at lave en opskrift	S Tips för att skapa recept	FIN Vinkkejä reseptien valmistukseen
Den samlede mængde ingredienser og væske/væske skal kunne være indenfor/ mellom max. og min. i beholderen. Hvis du lægger for meget eller for store ingredienser i, kan apparatet stoppe under tilbedredningen. • Den anbefalede samlede mængde ingredienser er ca. 450 gram (hårde grøntsager) til 750 gram (bløde grøntsager) • Anbefalet væskemængde er 500 til 750 ml. Brug en kogebog som retningslinje, når du laver dine egne favoritopskrifter.	**Den totala mängden ingredienser och vätska ska rymmas inom max. och min. i behållaren.** Om du lägger i för mycket eller för stora ingredienser kan apparaten stanna under tillagningen. • Den rekommenderade mängden totala ingredienser är ungefär 450 gram (hårda grönsaker) till 750 gram (mjuka grönsaker) • Rek. vätskemängd är 500 till 750 ml. Använd en receptbok som riktlinje när du skapar egna favoritrecept.	**Ainesten kokonaismäärän ja nesteen pitäisi olla max- ja min-tasojen välissä.** Liian paljon tai liian suurikokoisten ruoka-ainesten laittaminen koneeseen voi pysäyttää koneen ruuanvalmistuksen aikana. • Suositeltava määrä aineksia on noin 450 grammaa (kovia vihanneksia) tai 750 grammaa (pehmeitä vihanneksia) • Nesteen suositeltava määrä on 500-750ml. Käytä reseptikirjaa suosikkireseptiesi luomiseen.

PHILIPS







Jævn suppe

Slät soppa
Sosekeitot

DK / N
7 Klassisk tomatsuppe med hvidløgsbrød
9 Porresuppe/Purresuppe
11 Gulerodssuppe med karry
13 Grøn ærtesuppe med crostini med gedeost
15 Indisk kokossuppe med tomat
17 Suppe med broccoli og stilton-ost
19 Fløjsblød/Fløyelsmyk græskarsuppe krydret med spidskommen
21 Frisk rødbedesuppe
23 Cremet courgette-suppe/squashsuppe
25 Sød majssuppe med bacon
27 Tarhana corbasi

S
7 Klassisk tomatsoppa med vitlöksbröd
9 Purjolökssoppa
11 Morotsoppa med curry
13 Ärtsoppa med fårostcrostini
15 Indisk tomat- och kokossoppa
17 Broccoli- och stiltonsoppa
19 Pumpasoppa med spiskummin
21 Färsk rödbetssoppa
23 Krämig zucchinisoppa
25 Majssoppa med bacon
27 Tarhanasoppa

FIN
7 Klassinen tomaattikeitto ja valkosipulileipä
9 Purjokeitto
11 Currylla maustettu porkkanakeitto
13 Hernekeitto ja vuohenjuusto-crostinit
15 Intialainen tomaatti-kookoskeitto
17 Parsakaali-Stilton-keitto
19 Kuminalla maustettu samettinen kurpitsakeitto
21 Tuore punajuurikeitto
23 Kesäkurpitsakeitto
25 Pekonilla höystetty maissikeitto
27 Tarhana corbasi

Grov suppe

Soppa med bitar
Pureskeltavat keitot

29 Nem/Lettvint kyllingesuppe
31 Sommer-minestrone med ris
33 Suppe med spinat, porre/purre og cannellini
35 Krydret suppe med røde linser og spinat
37 Grøntsagssuppe med tortellini
39 Mulligatawny
41 Linsesuppe med eriste-nudler

29 Lättlagad kycklingsoppa
31 Somrig minestrone med ris
33 Cannellinisoppa med spenat och purjolök
35 Kryddig linssoppa med spenat
37 Vegetarisk tortellinisoppa
39 Mulligatawnysoppa
41 Linssoppa med turkiska äggnudlar

29 Helppo kanakeitto
31 Kesäinen minestronekeitto riisillä
33 Pinaatti-, purjo- ja cannellinikeitto
35 Mausteinen punainen linssi- ja pinaattikeitto
37 Kasvistortellinikeitto
39 Mulligatawny
41 Linssikeitto Eriste-nuudeleilla

Kold suppe

Kall soppa
Kylmät keitot

43 Gazpacho
45 Kold argurke- og avocadosuppe
47 Kold kærnemælkssuppe med karry og chili
49 Kold kirsebærsuppe

43 Gazpacho
45 Kall gurk- och avokadosoppa
47 Kall kärnmjölkssoppa med curry och chili
49 Kall körsbärssoppa

43 Gazpacho
45 Jäähdytetty kurkku-avokadokeitto
47 Kylmä currylla ja chilillä maustettu piimäkeitto
49 Jäähdytetty kirsikkakeitto

Kompot

Kompott
Hillokkeet

51 Krydret æblekompot
53 Rabarber- og jordbærkompot
55 Banankompot
57 Blommekompot med rosenvand

51 Kryddig äpplekompott
53 Rabarber- och jordgubbskompott
55 Banankompott
57 Plommonkompott med rosenvatten

51 Mausteinen omenahilloke
53 Raparperi-mansikkahilloke
55 Banaanihilloke
57 Ruusuvedellä maustettu luumuhilloke

Smoothie

Smoothie
Smoothiet

59 Banan-smoothie
61 Smoothie med banan, kaffe og karamel
63 Hurtig frossen jorbæryoghurt
65 Smoothie med appelsin og grønne gulerodstoppe
67 Smoothie med hindbær/bringebær og kærnemælk

59 Bananskmoothie
61 Bananskmoothie med kaffe och karamell
63 Snabb yoghurtglass med jordgubbar
65 Apelsin- och morotsmoothie
67 Hallon- och kärnmjölkssmoothie

59 Banaanismoothie
61 Banaani-kahvi-kinuskismoothie
63 Nopea mansikkajogurttijäädyke
65 Vihreä appelsiini-porkkanasmoothie
67 Vadelma-piimäsmoothie

Dine foretrukne supper, kompotter og smoothies på en nem måde

Sundt. Lækkert. Hjemmelavet.

Laga enkelt dina favoritsoppor, kompotter och smoothies

Nyttigt. Gott. Hemlagat.

Lempikeittosi, -hillokkeesi ja -smoothiesi helposti

Terveellistä. Herkullista. Kotitekoista.



DK / N

Philips SoupMaker hjælper dig med at lave dine foretrukne supper, kompotter og smoothies

Philips SoupMaker har 5 indstillinger - 4 automatiske programmer, hvor temperaturen og tiden er indstillet til det perfekte resultat, samt en manuel blendningsfunktion

- Jævn suppe – 23 minutter
- Grov suppe – 20 minutter
- Kompot – 15 minutter
- Smoothie – 3 minutter (uden opvarmning)
- Manuel blendningsfunktion

Brug den manuelle blendningsfunktion til at blende uden opvarmning. Funktionen giver dig mulighed for at blende enhver skal til den ønskede konsistens. Bemærk: ved manuel blendning kan du trykke på knappen så længe, du ønsker, at apparatet skal blende. Når du giver slip på knappen, stopper blendningen.

Klargøring af ingredienserne

• Brug friske sæsonbestemte/sesongbestemte ingredienser for at opnå den bedste smag • Skær ingredienserne i terninger på 2 cm for at få de bedste resultater • Når du tilbereder suppe, skal du optø ingredienserne, før du kommer dem i SoupMaker. Dette er ikke nødvendigt for kolde opskrifter • Rør ingredienserne sammen i SoupMaker, før du sætter låget på • Vælg det ønskede program med valgknappen • Tryk på startknappen for at starte programmet

Tips og tricks

• For at opnå et perfekt resultat bør du altid holde dig inden for minimum- og maksimum-markeringerne på kanden. • Du kan justere suppens konsistens ved at tilsætte mere eller mindre væske. • Hvis ingredienserne sidder fast i bunden af kanden, skal du muligvis tilsætte mere væske. • Når suppen er klar, holder kanden af rustfrit stål den varm i 40 minutter, så du kan servere når som helst. • Følgende opskrifter giver op til 1, 2 liter suppe (ca. 4 portioner).

S

Philips SoupMaker hjälper dig att tillaga dina favoritsoppor, kompotter och smoothies

Philips SoupMaker har fem inställningar, fyra automatiska program där temperatur och tid är inställda för perfekt resultat, och en manuell mixningsfunktion

- Slät soppa – 23 minuter
- Soppa med bitar – 20 minuter
- Kompott – 15 minuter
- Smoothie – 3 minuter (utan uppvärmning)
- Manuell mixningsfunktion

Använd den manuella mixningsfunktionen för att mixa utan uppvärmning. Den gör att du kan mixa varje recept till önskad konsistens.
Observera: För manuell mixning ska du hålla knappen nedtryckt så länge du vill mixa. När du släpper knappen avslutas mixningen.

Förberedning av ingredienser

- För bästa smak, använd färska ingredienser för säsongen.
- Skär ingredienserna i 2 cm stora tärningar för bästa resultat.
- När du tillagar soppa ska ingredienserna vara tinade innan du lägger dem i soupmakern. Detta är inte nödvändigt för kalla soppor.
- Rör om ingredienserna i soupmakern innan du sätter på locket.
- Välj önskat program med programvalsknappen.
- Tryck på knappen för att starta programmet.

Tips och tricks

• För ett perfekt resultat, fyll kannan mellan MIN- och MAX-nivå. • Du kan justera konsistensen på soppan genom att tillsätta mer eller mindre vätska. • Om ingredienserna fastnar i botten på kannan kan du behöva tillsätta mer vätska. • När soppan är klar håller den rostfria stålkannan soppan varm i upp till 40 minuter så att du kan servera när som helst. • Följande recept är för 1,2 liter soppa (cirka 4 portioner).

FIN

Philips SoupMaker auttaa sinua tekemään lempikeittojasi, -hillokkeitasi ja -smoothieitasi

Philips SoupMakerissa on 5 asetusta, 4 automaattista ohjelmaa, joissa lämpötila ja aika ovat määritelty täydellisen lopputuloksen aikaansaamiseksi, sekä manuaalinen sekoitustoiminto

- Sosekeitot – 23 minuuttia
- Pureskeltavat keitot – 20 minuuttia
- Hillokkeet – 15 minuuttia
- Smoothiet – 3 minuuttia (ilman lämmitystä)
- Manuaalinen sekoitustoiminto

Manuaalisen sekoitustoiminnon avulla voit sekoittaa ilman kuumentamista. Toiminnon avulla voit sekoittaa mitä tahansa reseptiä haluamasi ajan.
Huom.: manuaalista sekoitusta käytettäessä pidä painike pohjaan painettuna niin kauan kuin haluat laitteen sekoittavan. Sekoitus loppuu, kun irrotat otteen painikkeesta.

Ainesten valmistelu

• Parhaan maun saat, kun käytät tuoreita, vuodenajalle ominaisia aineksia • Pilko ainekset 2 cm kuutioiksi parhaan lopputuloksen saamiseksi • Kun valmistat keittoa, sulata ainekset ennen kuin laitat ne SoupMakeriin. Tämä ei ole tarpeen kylmien reseptien kohdalla • Sekoita aineksia SoupMakerissa ennen kannen asettamista paikoilleen • Valitse haluamasi ohjelma valintapainikkeen avulla • Paina käynnistyspainiketta käynnistääksesi ohjelman

Vinkkejä & Temppuja

• Jotta lopputulos olisi paras mahdollinen, pitäydy aina kannun kyljessä olevien minimi- ja maksimimerkintöjen rajoissa. • Voit säädellä keittosi koostumusta lisäämällä tai vähentämällä nesteen määrää. • Nesteen lisääminen voi olla tarpeen, mikäli ainekset tarttuvat kiinni kannun pohjaan. • Kun keitto on valmista, ruostumattomasta teräksestä valmistettu kannu pitää keiton lämpimänä jopa 40 minuuttia, joten voit tarjoilla keiton itsellesi sopivana hetkenä. • Seuraavista resepteistä syntyy noin 1-2 litraa valmista keittoa (noin 4 annosta).



DK / N

KLASSISK TOMATSUPPE MED HVIDLØGSBRØD

Denne italienske klassiker er altid en vinder. Suppen bliver bedst, hvis du bruger solmodne tomater og frisk basilikum, men dåsetomater/ bokstomater fungerer også fint.

Suppe:

650 g tomater
1 fed hvidløg
50 g hakket løg
500 ml grøntsagsfond
1 spiseskefuld/spiseskje sukker
peber og salt efter smag
eventuelt: frisk basilikum efter smag
fløde eller creme fraîche til servering

Hvidløgsbrød:

1 fed hvidløg
olivenolie
brødskiver

Fremgangsmåde:

- Skær tomaterne i kvarte/i fire deler. Pil/Skrell hvidløgsfeddet.
- Kom/Legg alle suppeingredienserne op i suppemaskinen.
- Luk låget/lokket, vælg det cremede program, og vent, indtil suppemaskinen er klar.
- Tilbered hvidløgsbrødet imens. Forvarm ovnen til 200° C.
  Skær hvidløgsfeddet over i to. Dryp noget olie på brødskiverne og gnid dem med hvidløgsfeddet. Bag i ovnen i nogle minutter, indtil brødskiverne er sprøde.
- Når suppen er klar, tager du låget/lokket af beholderen og hælder suppen op i skåle. Tilsæt et skvæt fløde eller en skefuld/skje creme fraiche. Server med hvidløgsbrødet.

Tip:

Tomater er sødere om sommeren og behøver ikke sukker.

S

KLASSISK TOMATSOPPA MED VITLÖKSBRÖD

Den här italienska klassikern är alltid en vinnare. Soppan blir som allra bäst när du använder mogna sommartomater och färsk basilika, men konserverade tomater går också bra.

Soppa:

650 g tomater
1 vitlöksklyfta
50 g hackad lök
500 ml grönsaksbuljong
1 msk socker
Peppar och salt efter smak
Valfritt: färsk basilika efter smak
Servera med grädde eller crème fraîche

Vitlöksbröd:

1 vitlöksklyfta
Olivolja
Brödskivor

Steg:

- Dela tomaterna i fyra bitar. Skala vitlöken.
- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern.
- Stäng locket, välj programmet för slät soppa och vänta på att soupmakern ska bli klar.
- Under tiden kan du förbereda vitlöksbrödet. Värm upp ugnen eller grillen till 200 °C.
  Dela vitlöksklyftan på mitten. Skvätt lite olja på brödskivorna och gnugga med vitlöken. Tillaga i ugnen i flera minuter tills brödbitarna är spröda.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i skålar. Tillsätt lite grädde eller crème fraîche. Servera med vitlöksbrödet.

Tips:

Sommartomater är sötare och behöver inte sockras.

FIN

KLASSINEN TOMAATTIKEITTO JA VALKOSIPULILEIPÄ

Tämä italialainen klassikko on varma voittaja. Keitto pääsee parhaiten oikeuksiinsa, kun käytät kypsiä kesäauringon kypsyttämiä tomaatteja ja tuoretta basilikaa, mutta säilyketomaatit käyvät myös hyvin.

Keitto:

650 g tomaatteja
1 valkosipulin kynsi
50 g silputtua sipulia
5 dl kasvislientä
1 tl sokeria
pippuria & suolaa oman maun mukaan
valinnainen: tuoretta basilikaa oman maun mukaan
kermaa tai ranskankermaa tarjoiluun

Valkosipulileipä:

1 valkosipulin kynsi
oliiviöljyä
leipäviipaleita

Valmistusohjeet:

- Lohko tomaatit. Kuori valkosipuli.
- Laita keittoainekset SoupMakeriin.
- Sulje kansi, valitse sosekeitto-ohjelma, ja odota keiton valmistumista.
- Valmista sillä välin valkosipulileipä. Lämmitä uuni tai grilli 200°C.
  Leikkaa valkosipulin kynsi puoliksi. Pirskottele leipäviipaleille öljyä ja hiero valkosipulilla. Paista uunissa, kunnes leivät ovat rapeita.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kulhoihin. Lisää loraus kermaa tai nokare ranskankermaa. Tarjoile valkosipulileivän kera.

Vinkki:

Kesällä tomaatit ovat makeampia, eivätkä ne kaipaa sokeria.

23 min



DK / N

PORRESUPPE/PURRESUPPE

Porrer/Purre kan fås hele året, men de er bedst fra oktober til maj.

Suppe:

350 g porrer/purre
50 g kartoffel/poteter
50 g hakket løg
1 fed hvidløg
750 ml kyllingefond
friske timianblade
peber og salt efter smag

Senneps-vinaigrette:

1 teskefuld/teskje sennep
1 teskefuld/teskje kapers
½ spiseskefuld/spiseskje citronsaft
1 spiseskefuld/spiseskje olivenolie
frisk persille

Fremgangsmåde:

- Skyl porrerne, og skær dem ud i 1 cm brede ringe. Skræl kartoflen/poteten, og skær den ud i stykker på 2,5 cm.
- Kom/Legg alle suppeingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Imens blandes vinaigrette-ingredienserne i en lille skål.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i flotte suppeskåle. Tilsæt noget af vinaigretten til suppen, og server.

Tip:

Du kan servere denne suppe kold, hvis du ønsker det. Sæt den på køl i mindst 3 timer.

S

PURJOLÖKSSOPPA

Purjolök finns året om, men är som allra bäst mellan oktober och maj.

Soppa:

350 g purjolök
50 g potatis
50 g hackad lök
1 vitlöksklyfta
750 ml kycklingbuljong
Färsk timjan
Peppar och salt efter smak

Senapsvinägrett:

1 msk senap
1 msk kapris
0,5 msk citronjuice
1 msk olivolja
Färsk persilja

Steg:

- Skölj purjolöken och dela den i 1 cm tjocka ringar. Skala och skär potatisen i 2,5 cm stora bitar.
- Placera alla ingredienser i soupmakern, stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- Under tiden kan du blanda ihop ingredienserna till vinägretten i en liten skål.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i fina soppskålar. Virvla ned lite av vinägretten i soppan och servera.

Tips:

Om du vill kan du servera den här soppan kall. Kyl ned den i minst 3 timmar.

FIN

PURJOKEITTO

Purjoa on saatavilla ympäri vuoden, mutta parhaimmillaan purjo on lokakuun ja toukokuun välisenä aikana.

Keitto:

350 g purjoa
50 g perunaa
50 g silputtua sipulia
1 valkosipulin kynsi
7,5 dl kanalientä
tuoreita timjamin lehtiä
pippuria & suolaa oman maun mukaan

Sinappivinaigrette:

1 tl sinappia
1 tl kapriksia
½ rkl sitruunamehua
1 rkl oliiviöljyä
tuoretta persiljaa

Valmistusohjeet:

- Huuhtele purjot ja leikkaa ne 1 cm paksuisiksi renkaiksi. Kuori ja pilko perunat 2,5 cm paloiksi.
- Laita kaikki keittoainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja paina sosekeitto-ohjelman painiketta.
- Sekoita sillä välin vinaigretten ainekset pienessä kulhossa.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kauniisiin keittokulhoihin. Lorauta keiton joukkoon hieman vinaigrettea ja tarjoile.

Vinkki:

Voit tarjoilla keiton myös kylmänä, jos haluat. Jäähdytä keittoa vähintään 3 tunnin ajan.

23 min



DK / N

GULERODSSUPPE MED KARRY

Gulerod er en meget alsidig ingrediens til supper. Kombiner den med lime og mango, eller prøv denne kombination med karry og kokosnød.

400 g gulerod
50 g kartoffel/poteter
50 g hakket løg
700 ml grøntsagsfond
peber og salt efter smag
2 teskefulde/teskje karrypulver
100ml creme fraiche eller kokosmælk

Fremgangsmåde:

- Skræl guleroden og kartoflen/poteten, og skær dem i tern/terninger på 2 cm.
- Kom/Legg alle ingredienserne undtagen creme fraiche op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket, blander creme fraichen i og hælder suppen op i skåle eller glas.

Tip:

Gulerod og mango passer rigtig godt sammen, så du kan sagtens udskifte/bytte ut kartoflen/potet med mango. Brug 300 g gulerod og 150 g mango. Udskift/Bytt ut karrypulveret med saften fra 1 lime og friske korianderblade.
Sprøde grøntsager passer godt som garnering til denne suppe.

S

MOROTSOPPA MED CURRY

Morot är en mångsidig ingrediens för soppor. Kombinera med lime och mango, eller prova den här kombinationen av curry och kokos.

400 g morot
50 g potatis
50 g hackad lök
700 ml grönsaksbuljong
Peppar och salt efter smak
2 msk currypulver
100 ml crème fraîche eller kokosmjölk

Steg:

- Skala moroten och potatisen och skär dem i 2 cm stora tärningar.
- Placera alla ingredienser utom crème fraîchen i soupmakern, stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket, blanda ned crème fraîchen och hälla upp i skålar eller glas.

Tips:

Morötter passar bra ihop med mango, så byt gärna ut potatisen mot mango. Använd 300 g morot och 150 g mango. Ersätt currypulvret med juicen från 1 limefrukt och färsk koriander.
Grönsakschips passar bra som garnering till den här soppan.

FIN

CURRYLLA MAUSTETTU PORKKANAKEITTO

Porkkana on hyvin monipuolinen keittoaines. Yhdistä siihen limeä ja mangoa, tai kokeile tätä curryn ja kookospähkinän yhdistelmää.

400 g porkkanaa
50 g perunaa
50 g silputtua sipulia
7 dl kasvislientä
pippuria & suolaa oman maun mukaan
2 tl curryjauhetta
1 dl ranskankermaa tai kookosmaitoa

Valmistusohjeet:

- Kuori porkkanat ja perunat ja pilko ne 2 cm kuutioiksi.
- Laita kaikki ainekset ranskankermaa lukuun ottamatta SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi, sekoita joukkoon ranskankerma ja kaada keitto kulhoihin tai laseihin.

Vinkki:

Porkkana ja mango sopivat loistavasti yhteen, joten voit helposti käyttää mangoa perunan sijaan. Käytä 300 g porkkanaa ja 150 g mangoa. Korvaa curryjauhe yhden limen mehulla ja tuoreilla korianterin lehdillä.
Kasvislastut sopivat hyvin tämän keiton koristeluun.

23 min



DK / N

GRØN ÆRTESUPPE MED CROSTINI MED GEDEOST/GEITOST

Denne suppe er en skøn/deilig start på forårssæsonen, især/spesielt hvis du kan finde friske ærter og krydderurter.

Suppe:

500 g ærter, friske eller frosne*
100 g hakket løg
550 ml grøntsagsfond
½ spiseskefuld/spiseskje estragon
peber og salt efter smag
eventuelt: 5 spiseskefulde/spiseskje yoghurt, friske grønne krydderurter

** Hvis du bruger frosne ærter, skal du optø dem hurtigt under den varme hane, før du kommer/legger alle dem op i suppemaskinen.*

Crostini:

baguette
gedeost/geitost

Fremgangsmåde:

- Kom/Legg alle suppeingredienserne op i suppemaskinen, og vælg programmet for cremet suppe.
- Tilbered crostinien imens. Forvarm ovnen til 200° C, skær baguetten igennem, og smør noget gedeost/geitost på. Bag i ovnen, indtil osten smelter og bliver gylden.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i dybe tallerkner. Læg en sprød crostini øverst i hver skål.

Tip:

For at få et frisk cremet resultat kan du tilsætte noget yoghurt til suppen, enten fra starten eller ved serveringen.
I stedet for esdragon kan du bruge mynte.

S

ÄRTSOPPA MED FÅROSTCROSTINI

Den här soppan är en härlig början på vårsäsongen, framför allt om du kan hitta färska ärter och örter.

Soppa:

500 g ärtor, färska eller frysta*
100 g hackad lök
550 ml grönsaksbuljong
0,5 msk dragon
Peppar och salt efter smak
Valfritt: 5 msk yoghurt, färska gröna örter

** Om du använder frysta ärtor ska du tina dem snabbt i varmvatten innan du häller ned dem i soupmakern.*

Crostini:

Baguette
Fårost

Steg:

- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern och välj programmet för slät soppa.
- Under tiden kan du förbereda crostinin. Värm upp ugnen till 200 °C, skär baguetten i bitar och sprid ut fårost ovanpå brödet. Tillaga i ugnen tills osten har smält och fått en gyllenbrun färg.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i djupa tallrikar. Garnera varje tallrik med en spröd crostini.

Tips:

För ett fräscht och krämigt resultat kan du tillsätta lite yoghurt i soppan, antingen i början eller vid servering.
Du kan använda mynta i stället för dragon.

FIN

HERNEKEITTO JA VUOHENJUUSTO-CROSTINIT

Tämä keitto on loistava kevätkauden avaaja, etenkin jos löydät tuoreita herneitä ja yrttejä.

Keitto:

500 g herneitä, tuoreita tai pakastettuja*
100 g silputtua sipulia
5,5 dl kasvislientä
½ rkl rakuunaa
pippuria & suolaa oman maun mukaan
valinnainen: 5 rkl jogurttia, tuoreita vihreitä yrttejä

** Mikäli käytät pakasteherneitä, sulata ne nopeasti kuuman, juoksevan veden alla ennen kuin lisäät ne SoupMakeriin.*

Crostinit:

patonkia
vuohenjuustoa

Valmistusohjeet:

- Laita keittoainekset SoupMakeriin ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Valmista sillä välin crostinit. Lämmitä uuni 200°C, viipaloi patonki ja levitä viipaleiden päälle vuohenjuustoa. Paista uunissa, kunnes juusto on sulanut ja muuttunut kullanruskeaksi.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto syville lautasille. Asettele jokaisen annoksen päälle rapea crostini.

Vinkki:

Raikkaan kermaisen lopputuloksen saat, kun lisäät keiton joukkoon hieman jogurttia. Voit lisätä jogurtin heti alussa tai vasta tarjoiltaessa.
Rakuunan sijaan voit käyttää myös minttua.

23 min



DK / N

INDISK KOKOSSUPPE MED TOMAT

Kokosstykkerne giver en denne suppe en skøn/deilig tekstur.

1 rød chili
Et stykke frisk ingefær på størrelse med en tommelfinger
(20 gram)
100 g grofthakket løg
400 g tomater (dåse/boks)
50 ml kokosmælk
50 g tørret kokosnød
peber og salt efter smag
ekstra tørret kokosnød, hakkede friske koriander og chiliflager til garnering

Fremgangsmåde:

- Fjern kernerne/kornene fra chilien, og skræl ingefæren.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og gem/ta vare på lidt tørret koksnød til senere brug. Tilsæt 500 ml vand. Luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i passende kopper eller skåle.
- Pynt med chiliflager, tørret kokos og hakkede koriander.

Tip:

Du kan også lave denne suppe med 1 teskefuld/teskje chili- eller karrypasta i stedet for frisk chili.

S

INDISK TOMAT- OCH KOKOSSOPPA

Kokos ger soppan en härlig konsistens.

1 röd chilifrukt
Färsk ingefära
(20 gram)
100 g grovhackad lök
400 g tomater (konserverade)
50 ml kokosmjölk
50 g kokosflingor
Peppar och salt efter smak
Extra kokosflingor, hackad färsk koriander och chiliflingor till garnering

Steg:

- Kärna ur chilifrukten och skala ingefäran.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och spara lite kokosflingor till senare. Tillsätt 500 ml vatten. Stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i lämpliga bägare eller skålar.
- Avsluta med några chiliflingor, kokosflingor och hackad koriander.

Tips:

Du kan också tillaga den här soppan med 1 tsk chilipasta eller currypasta i stället för färsk chili.

FIN

INTIALAINEN TOMAATTI-KOOKOSKEITTO

Kookosmuruset antavat keitolle mukavaa rakennetta.

1 punainen chili
Peukalonkynnen kokoinen pala tuoretta inkivääriä
(20 g)
100 g isohkoja sipulikuutioita
400 g tomaattia (säilyke)
0,5 dl kookosmaitoa
50 g kuivattua kookosta
pippuria & suolaa oman maun mukaan
lisää kuivattua kookosta, silputtua tuoretta korianteria ja chililastuja koristeluun

Valmistusohjeet:

- Poista chilistä siemenet ja kuori inkivääri.
- Lisää ainekset SoupMakeriin, mutta säästä osa kuivatusta kookoksesta myöhempää käyttöä varten. Lisää 5 dl vettä. Sulje kansi ja paina sosekeitto-ohjelman painiketta.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto sopiviin kuppeihin tai kulhoihin.
- Viimeistele chililastuilla, kuivatulla kookoksella ja korianterisilpulla.

Vinkki:

Tuoreen chilin sijaan voit käyttää keiton valmistuksessa yhden teelusikallisen chilijauhetta tai currytahnaa.

23 min



DK / N

SUPPE MED BROCCOLI OG STILTON-OST

Denne jævne, blendede grøntsagssuppe med blåskimmelost er dejlig både som forret til middagsselskaber eller som et afslappet hovedmåltid.

425 g broccoli
100 g hakkede forårsløg/vårløk
650 ml grøntsagsfond
25 g Stilton-ost, smuldret
friskkværnet peber/paprika og salt
ekstra Stilton-ost, croutoner og olivenolie til garnering

Fremgangsmåde:

- Skær broccolien ud i små buketter. Kom/Legg alle suppeingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Når suppen er klar, tager du låget/lokket af beholderen og hælder suppen op i skåle.
- Pynt suppen med smuldret Stilton eller croutoner. Kværn noget sort peber, og stænk med olivenolie.

Tip:

Du kan gemme/ta vare på nogle små eller hakkede broccoli-buketter, som du hurtigt blancherer i kogende vand i 2 minutter, køler ned under rindende koldt vand og bruger som garnering til suppen
Stilton kan udskiftes/byttes ut med enhver anden blåskimmelost.

S

BROCCOLI- OCH STILTONSOPPA

Den här släta grönsakssoppan med blåost är toppen som förrätt innan middagen eller som ett bekvämt mellanmål.

425 g broccoli
100 g hackad salladslök
650 ml grönsaksbuljong
25 g smulad stiltonost
Färskmalen svartpeppar och salt
Extra stiltonost, krutonger och olivolja till garnering

Steg:

- Trimma broccolin och skär den i små blommor. Placera ingredienserna till soppan i soupmakern, stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i skålar.
- Garnera soppan med lite smulad stiltonost eller krutonger. Krydda med svartpeppar och skvätt över lite olivolja.

Tips:

Du kan spara några små eller hackade broccoliblommor, blanchera dem i kokande vatten i 2 minuter, kyla ned dem under kallvatten och spara dem som garnering till din soppa.
Stilton kan bytas ut mot valfri blåost.

FIN

PARSAKAALI-STILTON-KEITTO

Tämä pehmeä, Stilton-sinihomejuustolla höystetty kasviskeitto sopii erinomaisesti päivälliskutsujen alkupalaksi tai mukavaksi ateriaksi.

425 g parsakaalia
100 g silputtua kevätsipulia
6,5 dl kasvisöljyä
25g Stilton-sinihomejuustoa muruina
tuoreena rouhittua mustapippuria & suolaa
lisää sinihomejuustoa, krutonkeja ja oliiviöljyä koristeluun

Valmistusohjeet:

- Irrota parsakaalin lehdet ja leikkaa se pieniksi kukinnoiksi. Lisää ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja paina sosekeitto-ohjelman painiketta.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kulhoihin.
- Koristele keitto sinihomejuustomuruilla tai krutongeilla. Rouhi päälle mustapippuria ja pirskottele hieman oliiviöljyä.

Vinkki:

Voit varata muutamia pieniä tai pilkottuja parsakaalin kukintoja, kiehauttaa niitä vedessä noin 2 minuutin ajan, jäähdyttää kylmän veden alla ja säästää ne keittosi koristeiksi.
Stilton-sinihomejuuston voi korvata millä tahansa muulla sinihomejuustolla.

23 min



DK / N

FLØJSBLØD/FLØYELSMYK GRÆSKARSUPPE KRYDRET MED SPIDSKOMMEN

Græskar er et ikon for høstsæsonen. Den fyldige smag passer godt til kraftige, krydrede smagsnuancer.

400 g græskar
100 g kartoffel/poteter
50 g hakket løg
½ teskefuld/teskje stødt/malt spidskommen
600 ml grøntsagsfond
peber og salt efter smag
fetaost til garnering

Fremgangsmåde:

- Halver græskarret, og skrab kernerne/kornene væk. Skær græskarret ud i tern/terninger på 2 cm. Du kan brug skrællen. Skræl kartoflen/poteten, og skær den ud i tern/terninger på 2 cm.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Når suppen er klar, tager du låget/lokket af beholderen og hælder suppen op i skåle. Smuldret feta er skønt/deiligt som pynt på denne suppe.

Tip:

Du kan bruge variere smagen i denne suppe ved at bruge andre krydderier, f.eks. stødte koriander, fennikelfrø eller begge dele.

S

PUMPASOPPA MED SPISKUMMIN

Pumpa är en ikon i skördetid. Dess fylliga smak passar bra ihop med starka kryddiga smaker.

400 g pumpa
100 g potatis
50 g hackad lök
0,5 msk malen spiskummin
600 ml grönsaksbuljong
Peppar och salt efter smak
Fetaost till garnering

Steg:

- Dela pumpan på mitten och kärna ur halvorna. Dela pumpan i 2 cm stora tärningar. Du kan använda skalet. Skala och skär potatisen i 2 cm stora tärningar.
- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern, stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i skålar. Lite smulad fetaost passar perfekt som garnering till den här soppan.

Tips:

Du kan variera smaken på soppan genom att använda andra kryddor, som malen koriander, fänkålsfrön eller en kombination.

FIN

KUMINALLA MAUSTETTU SAMETTINEN KURPITSAKEITTO

Kurpitsa on sadonkorjuukauden perikuva. Sen täyteläinen maku sopii hyvin yhteen rohkeiden, mausteisten makujen kanssa.

400 g kurpitsaa
100 g perunaa
50 g silputtua sipulia
½ tl jauhettua kuminaa
6 dl kasvislientä
pippuria & suolaa oman maun mukaan
fetajuustoa koristeeksi

Valmistusohjeet:

- Halkaise kurpitsa ja poista siemenet. Pilko kurpitsa 2 cm kuutioiksi. Voit käyttää myös kuoret. Kuori ja pilko perunat 2 cm kuutioiksi.
- Lisää ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja paina sosekeitto-ohjelman painiketta.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kulhoihin. Fetajuustomurut antavat keitolle viimeisen silauksen.

Vinkki:

Voit muunnella keiton makua mausteiden avulla, ja käyttää esimerkiksi jauhettua korianteria, fenkolinsiemeniä tai näitä molempia.

23 min



DK / N

FRISK RØDBEDESUPPE

Denne farverige og nærende suppe kan serveres varm eller kold.

400 g rødbede
700 ml grøntsagsfond
50 g hakket løg
150 ml cremefraiche
peber og salt
frisk dild til garnering

Fremgangsmåde:

- Skræl rødbeden, og skær den ud i tern/terninger på 2 cm. Kom/Legg rødbede, fond og løg op i suppemaskinen, og luk låget/lokket.
- Vælg programmet for cremet suppe, og vent, indtil suppemaskinen er klar.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og rører cremefraichen i. Tilsæt krydderier efter smag.
- Hæld suppen op i skåle, og pynt med noget dild.

Tip:

Du kan lave denne suppe med kålrabi i stedet for rødbede.
Du kan bruge oksefond i stedet for grøntsagsfond.

S

FÄRSK RÖDBETSSOPPA

Den här färgglada och näringsrika soppan kan serveras varm eller kall.

400 g rödbetor
700 ml grönsaksbuljong
50 g hackad lök
150 ml gräddfil
Peppar och salt
Färsk dill till garnering

Steg:

- Skala rödbetorna och dela dem i 2 cm stora tärningar. Placera rödbetorna, buljongen och löken i soupmakern och stäng locket.
- Välj programmet för slät soppa och vänta tills soupmakern är klar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och röra ned gräddfilen. Krydda efter smak.
- Häll upp soppan i skålar och garnera med lite dill.

Tips:

Du kan tillaga den här soppan med kålrabbi i stället för rödbetor.
Du kan använda köttbuljong i stället för grönsaksbuljong.

FIN

TUORE PUNAJUURIKEITTO

Tämän värikkään ja ravitsevan keiton voi tarjoilla niin kuumana kuin kylmänäkin.

400 g punajuurta
7 dl kasvislientä
50 g silputtua sipulia
1,5 dl smetanaa
pippuria & suolaa
tuoretta tilliä koristeluun

Valmistusohjeet:

- Kuori punajuuret ja pilko ne 2 cm kuutioiksi. Lisää punajuuret, kasvisliemi ja sipulit SoupMakeriin ja sulje kansi.
- Valitse sosekeitto-ohjelma ja odota, kunnes keitto on valmista.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja sekoita smetana joukkoon. Mausta makusi mukaan.
- Kaada keitto kulhoihin ja koristele tillillä.

Vinkki:

Punajuuren sijaan voit valmistaa keiton kyssäkaalista.
Voit käyttää lihalientä kasvisliemen sijaan.

23 min



DK / N

CREMET CORUGETTE-SUPPE/SQUASHSUPPE

Courgette/Squash er en meget alsidig grøntsag. Den smager godt med friske urter, krydderier eller ost.

650 g courgette/squash
100 g hakket løg
1 fed hvidløg
450 ml grøntsagsfond
1 teskefuld/teskje hakket oregano
eventuelt: 60 g dolcelatte- eller gorgonzola-ost til garnering

Fremgangsmåde:

- Skær courgetten/squashen ud i kvarte/i fire deler på langs, og skær stængerne ud i stykker på 2 cm.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og vælg programmet for cremet suppe.
- Når suppen er klar, tager du låget/lokket af beholderen og hælder suppen op i skåle eller dybe tallerkner. Du kan røre ost ud i suppen eller drysse den ud over ved serveringen.

Tip:

Denne suppe er også dejlig med friske grønne krydderurter som f.eks. salvie, basilikum eller esdragon.
Du kan servere den varm eller kold.

S

KRÄMIG ZUCCHINISOPPA

Zucchini är en mångsidig grönsak. Den smakar fantastiskt med färska örter, kryddor eller ost.

650 g zucchini
100 g hackad lök
1 vitlöksklyfta
450 ml grönsaksbuljong
1 msk hackad färsk oregano
Valfritt: 60 g dolcelatte- eller gorgonzolaost till garnering

Steg:

- Dela zucchinin i fyra bitar på längden och dela dem i 2 cm tjocka bitar.
- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i skålar eller djupa tallrikar. Om du vill kan du röra ned lite ost, eller strö över det innan servering.

Tips:

Den här soppan passar också bra med färska gröna örter som salvia, basilika och dragon.
Du kan servera den varm eller kall.

FIN

KESÄKURPITSAKEITTO

Kesäkurpitsa on erittäin monipuolinen kasvis. Se maistuu erinomaiselle tuoreiden yrttien, mausteiden tai juuston kanssa.

650 g kesäkurpitsaa
100 g silputtua sipulia
1 valkosipulin kynsi
4,5 dl kasvislientä
1 tl silputtua tuoretta oreganoa
valinnainen: 60g Dolcelatte- tai Gorgonzola-juustoa koristeluun

Valmistusohjeet:

- Lohko kesäkurpitsa pituussuunnassa ja leikkaa 2cm paksuiksi paloiksi.
- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kulhoihin tai syville lautasille. Voit halutessasi sekoittaa joukkoon hieman juustoa tai ripotella juustoa pinnalle juuri ennen tarjoilua.

Vinkki:

Tämä keitto maistuu erinomaiselta myös tuoreiden vihreiden yrttien, kuten salvian, basilikan tai rakuunan, kanssa.
Voit tarjoilla keiton kuumana tai kylmänä.

23 min



DK / N

SØD MAJSSUPPE MED BACON

Denne suppe er en dejlig måde at fejre sommeren på. Den kan fungere som forret, men også som en solid frokost, når den serveres med brød til.

Suppe:

500 g majs (dåse/boks), drænet
70 ml fløde
630 ml grøntsagsfond
peber og salt efter smag
eventuelt: korianderstilke
4 tynde skiver bacon og ekstra korianderblade til garnering

Fremgangsmåde:

- Kom/Legg alle suppeingredienserne op i suppemaskinen. Luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Tilbered baconen imens. Steg de tynde skiver bacon på en tør stegepande. Tag dem af panden, og lad dem dryppe af på et stykke køkkenrulle.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i skålene.
- Strø baconen ud over og drys med korianderblade og kværnet peber/paprika efter smag.

Tip:

Du kan bruge frisk majs til denne suppe. Fjern kernerne/kornene fra 6-8 majskolber. Gør suppen stærk ved at tilsætte i spiseskefuld/spiseskje rød peberpasta.

S

MAJSSOPPA MED BACON

Den här soppan är ett härligt sätt att fira sommaren. Den kan serveras som förrätt eller som mustig lunch tillsammans med lite bröd.

Soppa:

500 g majs (konserverad), utan vätska
70 ml grädde
630 ml grönsaksbuljong
Peppar och salt efter smak
Valfritt: Koriander kvistar
4 baconskivor och extra koriander blad till garnering

Steg:

- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern. Stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- Under tiden kan du förbereda baconen. Bryn baconskivorna i en torr stekpanna. Ta upp skivorna ur stekpannan och torka dem på hushållspapper.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i skålar.
- Smula bacon ovanpå, strö med koriander blad och krydda med malen peppar efter smak.

Tips:

Du kan använda färsk majs till den här soppan. Ta bort majskornen från cirka 6–8 majskolvar.
Krydda med 1 msk röd paprikapasta.

FIN

PEKONILLA HÖYSTETTY MAISSIKEITTO

Tämä keitto sopii loistavasti kesään. Voit tarjoilla sitä alkuruokana tai runsaana lounaana, kun tarjoilet keiton kanssa leipää.

Keitto:

500 g maissia (säilyke), valutettuna
0,7 dl kermaa
6,3 dl kasvislientä
pippuria & suolaa oman maun mukaan
valinnainen: korianterin oksia
4 viipaletta pekonia ja korianterin lehtiä koristeluun

Valmistusohjeet:

- Lisää kaikki keittoainekset SoupMakeriin. Sulje kansi ja paina sosekeitto-ohjelman painiketta.
- Valmista sillä välin pekoni. Paista pekoniviipaleet paistinpannulla. Nosta viipaleet pannulta ja imeytä rasva talouspaperiin.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kulhoihin.
- Murenna pekoni keiton päälle, lisää korianterin lehtiä ja rouhittua pippuria oman maun mukaan.

Vinkki:

Voit käyttää keittoon myös tuoretta maissia. Käytä tällöin 6-8 maissintähkän maissinjyvät. Lisämaustetta saat lisäämällä joukkoon yhden teelusikallisen punapippuritahnaa.

23 min



DK / N

TARHANA CORBASI

Tarhana er en gæret og tørret blanding af mel, yoghurt, løg, tomater og grønne pebre/paprika, og den udgør grundlaget for denne traditionelle tyrkiske suppe.

3½ spiskeskefulde/spiseskje tarhana
3½ spiseskefulde/spiseskje tomatpuré
1,2 l grøntsagsfond
1 spiseskefuld/spiseskje smør
eventuelt: 1 teskefuld/teskje salt*

Fremgangsmåde:

- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for cremet suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i passende kopper eller skåle.

Tip:

Tarhana kan fås i de fleste tyrkiske butikker.
*Tarhana er normalt allerede temmelig salt. Afhængig af, hvilken blanding du køber, kan du tilsætte salt efter smag.

S

TARHANASOPPA

Tarhana, en jäst och vakuumtorkad blandning av mjöl, yoghurt, lök, tomat och grön paprika, utgör basen i den här traditionella turkiska soppan.

3,5 msk tarhana
3,5 msk tomatpuré
1,2 l grönsaksbuljong
1 msk smör
Valfritt: 1 msk salt*

Steg:

- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern, stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i lämpliga bägare eller skålar.

Tips:

Tarhana kan du köpa i de flesta turkiska butiker.
*Tarhana är normalt redan ganska salt. Beroende på blandning kan du behöva tillsätta salt efter smak.

FIN

TARHANA CORBASI

Tarhana, käynyt ja kuivatettu jauhojen, jogurtin, sipulin, tomaatin ja vihreän paprikan seos, muodostaa tämän perinteisen turkkilaisen keiton pohjan.

3½ rkl tarhanaa
3½ rkl tomaattipyreetä
1,2 l kasvislientä
1 rkl voita
valinnainen: 1 tl suolaa*

Valmistusohjeet:

- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto sopiviin kuppeihin tai kulhoihin.

Vinkki:

Tarhanaa löytää useimmista turkkilaisista kaupoista.
*Tarhana on usein valmiiksi varsin suolaista. Riippuen siitä, millaista sekoitusta olet ostanut, lisää suolaa oman makusi mukaan.

23 min



DK / N

NEM/LETTVINT KYLLINGESUPPE

Kyllingesuppe kan laves fra grunden ved at koge fond af kylling, kyllingeben eller rester. Men du kan lave en nem/lettvint kyllingesuppe ved at følge denne hurtige opskrift.

120 g gulerødder
300 g kyllingebryst
60 g hakket løg
120 g majs, drænet
600 ml kyllingefond
peber og salt
1 spiseskefuld/spiseskje hakket persille
6 stilke timian
ekstra hakket persille til pynt

Fremgangsmåde:

- Skræl guleroden, og skær den ud i tern/terninger på 1 cm. Skær kyllingen ud i stykker på 2 cm.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket, hælder suppen op i skåle og drysser med hakket persille.

Tip:

Du kan også tilsætte bladselleri, rød/grøn peber/paprika eller andre grøntsager til suppen.

S

LÄTTLAGAD KYCKLINGSOPPA

Kycklingsoppa kan tillagas från grunden genom att göra en buljong av kyckling, kycklingben eller rester. Men för en lättlagad kycklingsoppa kan du använda det här snabba receptet i stället.

120 g morot
300 g kycklingbröst
60 g hackad lök
120 g majs, utan vätska
600 ml kycklingbuljong
Peppar och salt
1 msk hackad persilja
6 stjälkar timjan
Extra hackad persilja till garnering

Steg:

- Skala moroten och dela den i 1 cm stora tärningar. Dela kycklingen i 2 cm tjocka bitar.
- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern, stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket, hälla upp soppan i skålar och garnera med lite hackad persilja.

Tips:

Du kan också tillsätta selleristjälkar, paprika eller andra grönsaker till den här soppan.

FIN

HELPPO KANAKEITTO

Kanakeiton voi tehdä alusta asti valmistamalla kanalientä kanasta, kananluista tai ylijääneestä ruoasta. Jos et kuitenkaan jaksa nähdä vaivaa, voit hyödyntää tätä nopeaa reseptiä.

120 g porkkanaa
300 g kananrintaa
60 g silputtua sipulia
120 g maissia, valutettuna
6 dl kanalientä
pippuria & suolaa
1 rkl persiljasilppua
6 timjamin vartta
lisää persiljasilppua koristeluun

Valmistusohjeet:

- Kuori porkkanat ja pilko ne 1 cm kuutioiksi. Pilko kana 2 cm kuutioiksi.
- Laita ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja paina pureskeltavan keiton ohjelmapainiketta.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi, kaada keitto kulhoihin ja koristele persiljalla.

Vinkki:

Voit lisätä keittoon myös sellerinvarsia, paprikaa tai muita vihanneksia.

20 min



DK / N

SOMMER-MINESTRONE MED RIS

Denne fyldige suppe er sprængfyldt/stappfull med grøntsager, ris og bønner: Den er sund, mættende og nem/lett at lave.

1 fed hvidløg
75 g forårsløg/vårløk
75 g gulerødder
75 g courgette/squash
75 g grønne bønner
50 g fennikel
75 g grønne asparges
75 g cherrytomater
50 g majs (dåse/boks), drænet
50 g ris
600 ml grøntsagsfond
1 laurbærblad
6 stilke timian
peber og salt

Fremgangsmåde:

- Hak hvidløg og forårsløg/vårløk fint. Skær gulerødder og Courgette/Squash ud i små tern/terninger. Skær grønne bønner, fennikel og asparges ud i mundrette stykker, og skær tomaterne i kvarte/i fire deler.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, tager du låget/lokket af beholderen og hælder suppen op i skåle. Husk at fjerne laurbærbladet før serveringen.

Tip:

I stedet for ris kan du også bruge byg/byggryn i denne suppe.

S

SOMRIG MINESTRONE MED RIS

Den här smakrika soppan är fylld till brädden med grönsaker, ris och bönor: Den är hälsosam, mättande och enkel att tillaga.

1 vitlöksklyfta
75 g salladslök
75 g morot
75 g zucchini
75 g gröna bönor
50 g fänkål
75 g grön sparris
75 g körsbärstomater
50 g majs (konserverad), utan vätska
50 g ris
600 ml grönsaksbuljong
1 lagerblad
6 stjälkar timjan
Peppar och salt

Steg:

- Finhacka vitlöken och salladslöken. Skär morot och zucchini i små tärningar. Skär gröna bönor, fänkål och sparris i munsstora bitar, och tomaterna i fyra delar.
- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern, stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i skålar. Kom ihåg att ta bort lagerbladet innan servering.

Tips:

I stället för ris kan du använda korn i den här soppan.

FIN

KESÄINEN MINESTRONE-KEITTO RIISILLÄ

Tämä täyteläinen liemi on täynnä vihanneksia, riisiä ja papuja: se on terveellistä, täyttävää ja helppotekoista.

1 valkosipulin kynsi
75 g kevätsipulia
75 g porkkanaa
75 g kesäkurpitsaa
75 g vihreitä papuja
50 g fenkolia
75 g vihreää tankoparsaa
75 g kirsikkatomaatteja
50 g maissia (säilyke), valutettuna
50 g riisiä
6 dl kasvislientä
1 laakerinlehti
6 timjamin vartta
pippuria & suolaa

Valmistusohjeet:

- Hienonna valkosipuli ja kevätsipulit. Pilko porkkanat ja kesäkurpitsa pieniksi kuutioiksi. Pilko pavut, fenkoli ja parsa suupaloiksi ja lohko kirsikkatomaatit.
- Laita ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse pureskeltavan keiton valmistusohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto kulhoihin. Muista poistaa laakerinlehti ennen tarjoilua.

Vinkki:

Voit käyttää keitossa myös ohraa riisin sijaan.

20 min



DK / N

SUPPE MED SPINAT, PORRE/PURRE OG CANNELLINI

Den cremede cannellini-bønne har en jævn tekstur og en nøddeagtig smag og gør underværker sammen med spinat.

1 fed hvidløg
200 g porre/purre
50 g hakket løg
200 g cannellini-bønner, drænet
1 laurbærblad
peber og salt
750 ml grøntsagsfond
200 g babyspinat

Fremgangsmåde:

- Skræl og hak hvidløget fint. Skær porren fint.
- Kom/Legg alle ingredienserne undtagen spinaten op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og rører spinaten i. Lad suppen stå i 30 sekunder, før du serverer.

Tip:

Du kan gøre suppen mere mættende ved at tilsætte 50 g ris eller byg/byggryn til suppen, før den koger, eller 50 – 100 g kogt pasta, når suppen er færdig.

S

CANNELLINISOPPA MED SPENAT OCH PURJOLÖK

Den krämiga cannellinibönan har en slät struktur och nötig smak och smakar fantastiskt tillsammans med spenat.

1 vitlöksklyfta
200 g purjolök
50 g hackad lök
200 g cannellinibönor, utan vätska
1 lagerblad
Peppar och salt
750 ml grönsaksbuljong
200 g babyspenat

Steg:

- Skala och finhacka vitlöken. Skär purjolöken i fina skivor.
- Placera alla ingredienser utom spenaten i soupmakern, stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och röra ned spenaten. Låt stå i 30 sekunder innan servering.

Tips:

För en mustigare soppa kan du tillsätta 50 g ris eller korn till soppan innan kokning eller 50–100 g kokt pasta när soppan är klar.

FIN

PINAATTI-, PURJO- JA CANNELLINIKEITTO

Tämän kermaisen cannellini-pavun koostumus on pehmeä ja maku pähkinäinen. Papu sopii erinomaisesti yhteen pinaatin kanssa.

1 valkosipulin kynsi
200 g purjoa
50 g silputtua sipulia
200 g cannellini-papuja, valutettuna
1 laakerinlehti
pippuria & suolaa
7,5 dl kasvislientä
200 g lehtipinaattia

Valmistusohjeet:

- Kuori ja hienonna valkosipuli. Viipaloi purjo ohuiksi renkaiksi.
- Laita ainekset pinaattia lukuun ottamatta SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse pureskeltavan keiton valmistusohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja sekoita pinaatti keiton joukkoon. Anna vetäytyä 30 sekunnin ajan ennen tarjoilua.

Vinkki:

Jos haluat keitosta ruokaisamman, voit lisätä joukkoon 50 g riisiä tai ohraa ennen keittämistä tai 50 – 100 g keitettyä pastaa, kun keitto on valmista.

20 min



DK / N

KRYDRET SUPPE MED LINSER OG SPINAT

Linserne opsuger/trekker til seg alle de smagsstoffer, du kommer/legger i suppen. Denne suppe er let og vegetarisk, men samtidig mættende. Serveres som hovedret.

1 fed hvidløg
20 g frisk ingefær
100 g gulerod
100 g bladselleri
100 g cherrytomater
2 røde chilier
150 g røde linser
730 ml grøntsagsfond
peber og salt efter smag
200 g frisk spinat og yoghurt til garnering

Fremgangsmåde:

- Skræl og hak hvidløg og ingefær fint. Skær gulerod og bladselleri ud i tern/terninger på 1 cm. Skær cherrytomaterne i kvarte/i fire deler, og hak de udkernede chilifrugter.
- Kom/Legg alle ingredienserne undtagen spinat og yoghurt op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket, rører spinaten i og lader suppen trække i 30 sekunder.
- Server i skåle eller dybe tallerkner med en skefuld/skje yoghurt.

Tip:

Kikærter er gode i denne suppe.
Du kan udelade chilierne, hvis du foretrækker en suppe, der ikke er stærk.

S

KRYDDIG LINSSOPPA MED SPENAT

Linser suger åt sig alla smaker du har i soppan. Den här soppan är lätt, men närande och vegetarisk. Serveras som huvudrätt.

1 vitlöksklyfta
20 g färsk ingefära
100 g morot
100 g selleristjälkar
100 g körsbärstomater
2 röda chilifrukter
150 g röda linser
730 ml grönsaksbuljong
Peppar och salt efter smak
200 g färsk spenat och yoghurt naturell till garnering

Steg:

- Skala och finhacka vitlöken och ingefäran. Skär morot och selleri i 1 cm tjocka tärningar. Dela körsbärstomaterna i fyra och kärna ur och hacka chilifrukterna.
- Placera alla ingredienser utom spenaten och yoghurten i soupmakern, stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket, röra ned spenaten och låta soppan stå i 30 sekunder.
- Servera i skålar eller djupa tallrikar, garnera med en klick yoghurt.

Tips:

Kikärtor är ett trevligt tillskott till den här soppan.
Du kan utelämna chilifrukten om du föredrar en mindre kryddig soppa.

FIN

MAUSTEINEN PUNAINEN LINSSI- JA PINAATTIKEITTO

Linssit imevät itseensä kaikki keittoon laittamasi maut. Tämä keitto on kevyttä mutta täyteläistä, ja se sopii kasvissyöjille. Tarjoillaan pääruokana.

1 valkosipulin kynsi
20 g tuoretta inkivääriä
100 g porkkanaa
100 g sellerinvarsia
100 g kirsikkatomaatteja
2 punaista chiliä
150 g punaisia linssejä
7,3 dl kasvislientä
pippuria & suolaa oman maun mukaan
200g tuoretta pinaattia, luonnonjogurttia koristeluun

Valmistusohjeet:

- Kuori ja hienonna valkosipuli ja inkivääri. Pilko porkkanat ja sellerit 1 cm kuutioiksi. Lohko kirsikkatomaatit, poista chilistä siemenet ja pilko chilit.
- Laita ainekset pinaattia ja jogurttia lukuun ottamatta SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse pureskeltavan keiton valmistusohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja sekoita pinaatti keiton joukkoon. Anna vetäytyä 30 sekunnin ajan ennen tarjoilua.
- Tarjoile kulhoilta tai syviltä lautasilta. Lisää annoksen päälle loraus jogurttia.

Vinkki:

Kikherneet tuovat keittoon mukavaa lisämaustetta.
Mikäli et pidä tulisesta ruoasta, voit jättää chilit pois.

20 min



DK / N

GRØNTSAGSSUPPE MED TORTELLINI

Denne suppe er et komplet måltid i en skål.

150 g courgette/squash
150 g gulerod
100 g tørret tortellini
60 g finthakket løg
30 g finthakket porre/purre
700 ml grøntsagsfond
peber og salt efter smag
Parmesanost til garnering

Fremgangsmåde:

- Halver courgetten/squashen på langs, og skær den ud i stykker på 2 cm; skræl guleroden, og skær den ud i tern/terninger på 1 cm.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket, hælder suppen op i skåle og drysser med parmesanost.

Tip:

Hvis du bruger friske tortellini, skal du koge dem separat og tilsætte dem til suppen, lige før den serveres.

S

VEGETARISK TORTELLINISOPPA

Den här soppan är en komplett måltid i en skål.

150 g zucchini
150 g morot
100 g torkad tortellini
60 g finhackad lök
30 g finhackad purjolök
700 ml grönsaksbuljong
Peppar och salt efter smak
Parmesanost till garnering

Steg:

- Dela zucchinin på längden och skär den i 2 cm tjocka bitar. Skala moroten och dela den i 1 cm tjocka tärningar.
- Placera ingredienserna till soppan i soupmakern, stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket, hälla upp soppan i skålar och strö över lite parmesanost.

Tips:

Om du använder färsk tortellini ska du koka den separat och tillsätta den i soppan strax innan servering.

FIN

KASVISTORTELLINIKEITTO

Tämä keitto muodostaa kokonaisen aterian.

150 g kesäkurpitsaa
150 g porkkanaa
100 g kuivattuja tortellineja
60 g hienoksi silputtua sipulia
30 g hienoksi silputtua purjoa
7 dl kasvislientä
pippuria & suolaa oman maun mukaan
Parmesanjuustoa koristeluun

Valmistusohjeet:

- Puolita kesäkurpitsa pituussuunnassa ja pilko 2 cm paloihin; kuori ja pilko porkkanat 1 cm kuutioiksi.
- Laita ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse pureskeltavan keiton valmistusohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi, kaada keitto kulhoihin ja ripottele päälle parmesanjuustoa.

Vinkki:

Mikäli käytät tuoreita tortellineja, keitä ne erikseen ja lisää keiton joukkoon juuri ennen tarjoilua.

20 min



DK / N

MULLIGATAWNY

Denne mulligatawny er et lækkert måltid i sig selv. Den bliver endnu bedre efter en dag i køleskabet.

20 g frisk ingefær
2 fed hvidløg
50 g bladselleri
50 g gulerødder
50 g hakket løg
150 g mango eller æble/eple
200 g kyllingebryst
50 g ris
1 spiseskefuld/spiseskje gurkemeje
½ teskefuld/teskje stødt/malt spidskommen
630 ml kylling- eller grøntsagsfond
peber og salt
1 spiseskefuld/spiseskje citronsaft
100 ml yoghurt og hakkede friske koriander til garnering

Fremgangsmåde:

- Skræl og hak hvidløg og ingefær fint. Skær selleri og gulerod ud i mundrette stykker. Skræl og udsten mangoen, eller skær æblet tyndt. Skær kyllingen ud i stykker på 2 cm.
- Kom/Legg alle ingredienserne, undtagen citronsaft og pynt op i suppemaskinen. Luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og rører citronsaften i. Fordel suppen i skåle, og afslut en skefuld/skje yoghurt og friskhakkede korianderblade.

Tip:

Denne suppe er perfekt til kødrester. Du kan blot røre stykker af stegt lam, kylling eller oksekød ud i suppen, før den serveres.

S

MULLIGATAWNYSOPPA

Den här mulligatawnysoppan är en läcker måltid i sig själv. Den blir ännu bättre efter en dag i kylskåpet.

20 g färsk ingefära
2 vitlöksklyftor
50 g selleristjälkar
50 g morot
50 g hackad lök
150 g mango eller äpple
200 g kycklingbröst
50 g ris
1 msk gurkmeja
0,5 msk malen spiskummin
630 ml kyckling- eller grönsaksbuljong
Peppar och salt
1 msk citronjuice
100 ml yoghurt och hackad färsk koriander till garnering

Steg:

- Skala och finhacka ingefäran och vitlöken. Skär upp sellerin och moroten i munsstora bitar. Skala och kärna ur mangon eller skär äpplet i tunna skivor. Skär kycklingen i 2 cm tjocka bitar.
- Placera alla ingredienser utom citronjuicen och garneringen i soupmakern. Stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och röra ned citronjuicen. Häll upp soppan i skålar och avsluta med en klick yoghurt och några hackade korianderblad.

Tips:

Den här soppan är perfekt att tillaga med köttrester. Rör bara ned lamm, nötkött eller kyckling innan servering.

FIN

MULLIGATAWNY

Tämä mulligatawny on itsessään herkullinen ateria. Maku vain paranee, kun ruoka vetäytyy jääkaapissa yön yli.

20 g tuoretta inkiväärii
2 valkosipulin kynttä
50 g sellerinvarsia
50 g porkkanaa
50 g silputtua sipulia
150 g mangoa tai omenaa
200 g kananrintaa
50 g riisiä
1 rkl kurkumaa
½ tl jauhettua kuminaa
6,3 dl kana- tai kasvislientä
pippuria & suolaa
1 rkl sitruunamehua
1 dl jogurttia, tuoretta silputtua korianteria koristeluun

Valmistusohjeet:

- Kuori ja hienonna inkiväärii ja valkosipuli. Pilko sellerit ja porkkanat suupaloiksi. Kuori mango ja poista kivi tai leikkaa omena ohuiksi siivuiksi. Pilko kana 2 cm paloihin.
- Laita kaikki ainekset sitruunanmehua ja koristeita lukuun ottamatta SoupMakeriin. Sulje kansi ja valitse pureskeltavan keiton valmistusohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja sekoita sitruunamehu keiton joukkoon. Jaa keitto kulhoihin ja koristele lorauksella jogurttia ja silputulla korianterilla.

Vinkki:

Ylijäänyt liha sopii tähän keittoon täydellisesti. Sekoitat vain joukkoon kypsää pilkottua lampaan-, kanan- tai naudanlihaa ennen tarjoilua.

20 min



DK / N

LINSESUPPE MED ERISTE-NUDLER

Denne tykke suppe med æggenudler har højt proteinindhold pga. linserne og lavt fedtindhold og er meget mættende.

100 g grønne linser (ligger i blød i vand i 4-5 timer)
2 fed hvidløg
50 g hakket løg
100 g gulerødder
2 spiseskefuld/spiseskje olivenolie
150 g tomater (dåse/boks)
750 ml kraftsuppe/buljong
50 g eriste-nudler
peber og salt
hakket persille til pynt

Fremgangsmåde:

- Hæld vandet fra linserne, og kom/legg dem i suppemaskinen.
- Pil/Skrell hvidløget og guleroden. Hak hvidløget fint, og skær guleroden ud i mundrette stykker.
- Kom/Legg resten af ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for grov suppe.
- Når suppen er klar, hældes den op i skåle og serveres med lidt persille.

Tip:

Eriste-nudler er en tyrkisk specialtet. Hvis du ikke kan få dem i den lokale tyrkiske butik, kan du bruge tagliatelle i stedet for. Sørg for at brække den i mindre stykker først.

S

LINSSOPPA MED TURKISKA ÄGGNUDLAR

Tack vare linserna är den här fylliga äggnudelsoppan proteinrik, kalorisnål och otroligt mättande.

100 g gröna linser (som har legat i blöt i 4–5 timmar)
2 vitlöksklyftor
50 g hackad lök
100 g morot
2 msk olivolja
150 g tomater (konserverade)
750 ml köttbuljong
50 g turkiska äggnudlar
Peppar och salt
Hackad persilja till garnering

Steg:

- Låt linserna rinna av och placera dem i soupmakern.
- Skala vitlök och morot. Finhacka vitlöken och skär moroten i munsstora bitar.
- Tillsätt resten av ingredienserna i soupmakern, stäng locket och välj programmet för soppa med bitar.
- När soupmakern är klar kan du hälla upp soppan i skålar och servera med lite persilja.

Tips:

Turkiska äggnudlar är en turkisk specialitet. Om du inte hittar dem i din lokala butik kan du använda tagliatelle i stället. Se till att du bryter av den i mindre bitar först.

FIN

LINSSIKEITTO ERISTE-NUUDELEILLA

Linssien ansiosta tämä paksu munanuudelikeitto sisältää paljon proteiinia, mutta vain vähän rasvaa, ja se on erittäin täyttävää.

100 g vihreitä linssejä (liotettu vedessä 4-5 tuntia)
2 valkosipulin kynttä
50 g silputtua sipulia
100 g porkkanaa
2 rkl oliiviöljyä
150 g tomaattia (säilyke)
7,5 dl lihalientä
50 g Eriste-nuudeleita
pippuria & suolaa
silputtua persiljaa koristeluun

Valmistusohjeet:

- Valuta liotetut linssit ja kaada ne SoupMakeriin.
- Kuori valkosipuli ja porkkanat. Hienonna valkosipuli ja pilko porkkanat suupaloiksi.
- Laita loput ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse pureskeltavan keiton valmistusohjelma.
- Kun keitto on valmista, kaada se kulhoihin ja tarjoile persiljalla koristeltuna.

Vinkki:

Eriste-nuudelit ovat turkkilainen erikoisuus. Mikäli et löydä niitä paikallisesta turkkilaisesta kaupasta, voit käyttää sen sijaan tagliatellepastaa. Muista pilkkoa tagliatelle ensin pienempiin paloihin.

20 min



DK / N

GAZPACHO

Denne kolde sommersuppe kan serveres som forret eller en forfriskende snack på en varm dag.

200 g agurk
500 g skrællede tomater (dåse/boks eller friske)
3 fed hvidløg
100 g rød peber/paprika
100 g rødløg
100 ml hvidvinseddike
100 ml olivenolie
1 teskefuld/teskje stødt/malt peber
salt

Fremgangsmåde:

- Skær agurken ud i stykker på 1 cm. Hak tomaterne. Hak hvidløg, rød peber/paprika og løg fint.
- Kom/Legg ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og tryk på programmet for jævn suppe.
- Når suppen er færdig, hældes den over i en stor beholder og sættes i køleskab i mindst 3 timer før servering.

Tip:

Kold suppe skal krydres godt.
Tilsæt mere salt og peber , hvis det er nødvendigt.

S

GAZPACHO

Den här kalla sommarsoppan kan serveras som förrätt eller som uppfriskande mellanmål en varm sommardag.

200 g gurka
500 g skalade tomater (konserverade eller färska)
3 vitlöksklyftor
100 g röd paprika
100 g röd lök
100 ml vitvinsvinäger
100 ml olivolja
1 msk malen peppar
Salt

Steg:

- Skär gurkan i 1 cm tjocka bitar. Hacka tomaterna. Finhacka vitlöken, paprikan och löken.
- Placera alla ingredienser i soupmakern, stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du hälla soppan i ett stort kärl och förvara den i kylen i minst 3 timmar före servering.

Tips:

Kall soppa måste kryddas väl.
Vid behov, tillsätt mer salt och peppar efter smak.

FIN

GAZPACHO

Tämä kylmä kesäinen keitto sopii alkupalaksi tai virkistäväksi välipalaksi kuumana päivänä.

200 g kurkkua
500 g kuorittuja tomaatteja (säilyke tai tuore)
3 valkosipulin kynttä
100 g punaista paprikaa
100 g punasipulia
1 dl valkoviinietikkaa
1 dl oliiviöljyä
1 tl pippurirouhetta
suolaa

Valmistusohjeet:

- Pilkko kurkku 1 cm paloihin. Pilko tomaatit. Hienonna valkosipuli, punainen paprika ja sipuli.
- Laita ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Kun keitto on valmista, kaada se suureen astiaan ja jäähdytä jääkaapissa vähintään 3 tuntia ennen tarjoilua.

Vinkki:

Kylmä keitto täytyy maustaa hyvin.
Lisää tarvittaessa suolaa ja pippuria oman makusi mukaan.

23 min
+
180 min



DK / N

KOLD AGURKE- OG AVOCADO-SUPPE

Endnu en hurtig kold suppe til forfriskning om sommeren.

2 avocadoer
½ agurk
350 ml vand
saft fra 1/2 lime
2 spiseskefuld/spiseskje frisk mynte
2 spiseskefuld/spiseskje friske koriander
peber og salt efter smag
eventuelt: 100 ml fedtfattig yoghurt/ lettyoghurt
ekstra mynte, ekstra koriander og gedeost/ geitost til garnering

Fremgangsmåde:

- Skær avocadoerne i halve på langs, fjern stenene med en ske, og grav frugtkødet ud. Skær det i tern/terninger.
- Skræl agurken, skær den ud i kvarte/i fire deler på langs og hak den op i stykker på 1-2 cm. Du kan lade noget af skrællen sidde på for at få en ekstra klar farve.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og vælg smoothie-programmet.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i en beholder. Sæt suppen i køleskabet indtil den er afkølet. Umiddelbart før suppen serveres, smuldrer du noget gedeost/geitost og drysser de hakkede krydderurter, du har sat til side, over den.

Tip:

Yoghurt gør denne suppe endnu mere forfriskende og cremet. Tilsæt yoghurt sammen med alle ingredienserne, før du vælger smoothie-programmet.
Server suppen sammen med nogle lækre sprøde snacks, f.eks. butterdejsbagværk.

S

KALL GURK- OCH AVOKADOSOPPA

Ännu en kall soppa som piggar upp dig i sommarvärmen.

2 avokador
0,5 gurka
350 ml vatten
Juice från 0,5 limefrukt
2 msk färsk mynta
2 msk färsk koriander
Peppar och salt efter smak
Valfritt: 100 ml lättyoghurt
Extra mynta, extra koriander och getost till garnering.

Steg:

- Dela avokadorna på längden, ta bort kärnorna med en sked och gröp ur fruktköttet. Skär i tärningar.
- Skala och skär upp gurkan i 1–2 cm stora bitar. Lämna gärna kvar lite skal för en extra fin färg.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och välj smoothieprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i ett kärl. Ställ in soppan i kylan tills den är kall. Smula och strö över lite getost eller resten av de hackade örterna innan servering.

Tips:

Yoghurten gör den här soppan ännu mer uppfriskande och krämig. Tillsätt yoghurten med alla ingredienser innan du väljer smoothieprogrammet.
Servera med spröda kryddiga munsbitar, till exempel ugnsbakade smördegsbitar.

FIN

JÄÄHDYTETTY KURKKU-AVOKADOKEITTO

Toinen nopea kylmä keitto raikastamaan kesäpäiviäsi.

2 avokadoa
½ kurkku
3,5 dl vettä
1/2 limen mehu
2 rkl tuoretta minttua
2 rkl tuoretta korianteria
pippuria & suolaa oman maun mukaan
valinnainen: 1 dl vähärasvaista jogurttia
minttua, korianteria ja vuohenjuustoa koristeluun

Valmistusohjeet:

- Puolita avokadot pitkittäissuunnassa, irrota kivet lusikalla ja kaiva hedelmäliha ulos. Leikkaa kuutioiksi.
- Kuori ja lohko kurkku ja pilko lohkot 1-2 cm paloihin. Voit jättää kurkkuihin hieman kuorta lisäväriä tuomaan.
- Laita kaikki ainekset SoupMakeriin ja valitse smoothieohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto astiaan. Siirrä keitto jäähdytettäväksi jäähtymään. Murustele keiton päälle hieman vuohenjuustoa ja ripottele loput silputut yrtit juuri ennen tarjoilua.

Vinkki:

Jogurtti tekee tästä keitosta entistäkin raikkaamman ja täyteläisemmän. Lisää jogurtti kaikkien muiden ainesten joukkoon ennen smoothieohjelman valitsemista.
Tarjoile rapeiden suolaisten palojen, kuten paistettujen voitaikinatikkujen, kanssa.

3 min
+
❄
45



DK / N

KOLD KÆRNEMÆLKS-SUPPE MED KARRY OG CHILI

**På varme sommerdage har du brug for noget koldt og forfriskende.
Denne kærnemælkssuppe er helt perfekt.**

1 rød chili
500 g majs (dåse/boks)
150 g hakket løg
2 fed hvidløg
1 teskefuld/teskje stødt/malt spidskommen
1 teskefuld/teskje stødt/malt koriander
1 teskefuld/teskje karrypulver eller stødt/malt gurkemeje.
550 ml grøntsagsfond
peber og salt
500 ml kærnemælk

Fremgangsmåde:

- Fjern kernerne/kornene fra chilien. Hæld vandet fra majsen.
- Kom/Legg alle ingredienserne undtagen kærnemælken op i suppemaskinen. Luk låget/lokket, og vælg programmet for jævn suppe.
- Når suppen er klar, åbner du låget/lokket og hælder suppen op i en beholder. Tilsæt kærnemælk, og stil/sett i køleskab i mindst 3 timer (eller natten over) før servering.

Tip:

Hvis du ikke har noget kærnemælk, kan du i stedet bruge 650 ml mælk tilsat 2½ spiseskefuld/spiseskje citronsaft. Lad mælken stå i 5 minutter, før den bruges i opskriften. Server med pitabrød eller chapati af god kvalitet.

S

KALL KÄRNMJÖLKSSOPPA MED CURRY OCH CHILI

**Under varma sommardagar behöver du något kallt och uppfriskande.
Den här kärnmjölkssoppan passar perfekt.**

1 röd chilifrukt
500 g majs (konserverad)
150 g hackad lök
2 vitlöksklyftor
1 msk malen spiskummin
1 msk malen koriander
1 msk currypulver eller malen gurkmeja
550 ml grönsaksbuljong
Peppar och salt
500 ml kärnmjölk
(kan bytas ut mot naturell youghurt eller filmjölk)

Steg:

- Kärna ur chilifrukten. Låt vätskan rinna av majsen.
- Placera alla ingredienser utom kärnmjölken i soupmakern. Stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och hälla upp soppan i ett kärl. Tillsätt kärnmjölken och förvara soppan i kylen i minst 3 timmar (eller över natten) innan servering.

Tips:

Om du inte har kärnmjölk kan du använda 650 ml vanlig mjölk i stället och tillsätta 2,5 msk citronjuice. Låt blandningen stå i 5 minuter innan du använder den.
Servera med läckert pita- eller chapatibröd.

FIN

KYLMÄ CURRYLLA JA CHILILLÄ MAUSTETTU PIIMÄKEITTO

**Kuumana kesäpäivänä kaipaa jotakin viileää ja raikasta.
Tämä piimäkeitto sopii tarkoitukseen täydellisesti.**

1 punainen chili
500 g maissia (säilyke)
150 g silputtua sipulia
2 valkosipulin kynttä
1 tl jauhettua kuminaa
1 tl jauhettua korianteria
1 tl curryjauhetta tai jauhettua kurkumaa
5,5 dl kasvislientä
pippuria, suolaa
5 dl piimää

Valmistusohjeet:

- Poista chileistä siemenet. Valuta maissit.
- Lisää kaikki ainekset piimää lukuun ottamatta SoupMakeriin. Sulje kansi ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Kun keitto on valmista, avaa kansi ja kaada keitto astiaan. Lisää piimä ja jäähdytä jääkaapissa vähintään 3 tuntia (tai yön yli) ennen tarjoilua.

Vinkki:

Mikäli sinulla ei ole piimää, käytä sen sijaan 6,5 dl maitoa ja lisää joukkoon 2,5 rkl sitruunamehua. Anna seoksen vetäytyä 5 minuuttia ennen kuin lisäät sen ruoan joukkoon.
Tarjoile laadukkaan pitaleivän tai chapati-leivän kanssa.

23 min
+
180 min



DK / N

KOLD KIRSEBÆRSUPPE

En skøn/deilig frugtdessert efter et sommermåltid.

500 g kirsebær
150 ml hvidvin
½-1 spiseskefuld/spiseskje stødt/malt kanel
150 g sukker
30 ml citronsaft
eventuelt: flødeskum/vispet krem til pynt

Fremgangsmåde:

- Udsten kirsebærrene, men læg et par hele til side til at pynte med senere.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen. Tilsæt 370 ml vand. Luk låget/lokket, og vælg programmet for jævn suppe.
- Når suppen er færdig, hældes den over i en stor beholder og sættes i køleskab i mindst 3 timer.
- Serveres med nogle friske kirsebær og evt. flødeskum/vispet krem.

Tip:

Denne kolde dessertsuppe kan også nydes varm. Den er et skønt/deiligt alternativ til gløgg til jul.
Der er alkohol i denne suppe. Du kan udskifte/bytte ut dette med vand eller appelsinjuice.

S

KALL KÖRSBÄRSSOPPA

En fruktig dessert efter en trevlig sommarmåltid.

500 g körsbär
150 ml vitt vin
0,5–1 msk malen kanel
150 g socker
30 ml citronjuice
Valfritt: Vispgrädde till garnering

Steg:

- Kärna ur körsbären och lägg några hela åt sidan till garnering.
- Placera alla ingredienser i soupmakern. Fyll på med 370 ml vatten. Stäng locket och välj programmet för slät soppa.
- När soupmakern är klar kan du hälla soppan i ett stort kärl och förvara den i kylen i minst 3 timmar.
- Servera med några hela färska körsbär och eventuellt lite vispgrädde.

Tips:

Den här kalla dessertsoppan kan även avnjutas varm. Det är ett bra alternativ till vinglögg under julhelgen.
Den här soppan innehåller alkohol. Du kan ersätta detta med vatten eller apelsinjuice.

FIN

JÄÄHDYTETTY KIRSIKKAKEITTO

Hedelmäinen jälkiruoka, joka kruunaa hyvän kesäaterian.

500 g kirsikoita
1,5 dl valkoviiniä
½-1 tl jauhettua kanelia
150 g sokeria
0,3 dl sitruunamehua
valinnainen: kermavaahtoa koristeluun

Valmistusohjeet:

- Poista kivet kirsikoista. Jätä muutama kokonainen kirsikka sivuun koristelua varten.
- Laita kaikki ainekset SoupMakeriin. Kaada joukkoon 3,7 dl vettä. Sulje kansi ja valitse sosekeitto-ohjelma.
- Kun keitto on valmista, kaada se suureen astiaan ja jäähdytä jääkaapissa vähintään 3 tuntia.
- Tarjoile kokonaisten kirsikoiden ja halutessasi kermavaahdon kanssa.

Vinkki:

Tätä jäähdytettyä jälkiruokakeittoa voi nauttia myös lämpimänä. Keitto on joulunaikaan erinomainen vaihtoehto glögille.
Keitto sisältää hieman alkoholia. Voit halutessasi korvata sen vedellä tai appelsiinimehulla.

23 min
+
180 min



DK / N

KRYDRET ÆBLEKOMPOT

Denne æblekompot smager dejligt med hjemmelavede pandekager.

800 g æbler
300 ml æbler/epler
1/8 teskefuld/teskje stødte/malt nelliker
skallen fra ½ citron
Ekstra: 1 teskefuld/teskje stødt/malt kanel

Fremgangsmåde:

- Skræl æblerne, skær dem ud i kvarte/i fire deler, og fjern kernehuset.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og tilsæt 100 ml vand. Luk låget/lokket, og vælg kompot-programmet.
- Når programmet er klar, skal du trykke kortvarigt på den manuelle blenderfunktion en eller to gange. Du kan hælde noget af væsken fra, før du blender, for at få en tykkere konsistens.
- Åbn låget/lokket, og server kompotten strøet med kanel.

Tip:

Du kan også lave denne kompot med pærer, kvæder eller rabarber i kombination med æbler.
Æblejuice kan udskiftes/byttes ut med mere vand og 1 teskefuld/teskje brunt sukker.

S

KRYDDIG ÄPPLEKOMPOTT

Den här äpplekompotten är fantastiskt god till hemlagade pannkakor.

800 g äpplen
300 ml äpplejuice
1/8 msk malen kryddnejlika
Citronzest från en halv citron
Extra: 1 msk malen kanel

Steg:

- Skala och dela äpplena i fyra bitar och ta bort kärnhuset.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och tillsätt 100 ml vatten. Stäng locket och välj kompottprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du använda den manuella mixningsfunktionen snabbt en eller två gånger. Låt en del av vätskan rinna av innan mixning för en kraftigare konsistens.
- Öppna locket och servera kompotten, pudrad med kanel.

Tips:

Du kan även göra den här kompotten med päron, kvitten eller rabarber i kombination med äpple.
Äpplejuice kan ersättas med mer vatten och 1 msk brunsocker.

FIN

MAUSTEINEN OMENAHILLOKE

Tämä omenahilloke sopii erinomaisesti kotitekoisten pannukakkujen lisukkeeksi.

800 g omenaa
3 dl omenamehua
1/8 tl jauhettua neilikkaa
½ sitruunan kuori
Lisäksi: 1 tl jauhettua kanelia

Valmistusohjeet:

- Kuori ja lohko omenat, poista ranka.
- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin ja kaada joukkoon 1 dl vettä. Sulje kansi ja valitse hillokeohjelma.
- Kun ohjelma on päättynyt, paina manuaalisen sekoituksen painiketta lyhyesti kerran tai kaksi. Voit kaataa osan nesteestä pois ennen sekoittamista, jos haluat hillokkeesta sakeampaa.
- Avaa kansi ja tarjoile hilloke kanelilla koristeltuna.

Vinkki:

Omenan lisäksi voit lisätä hillokkeeseen päärynää, kvitteniä tai raparperia.
Omenamehun voi korvata vedellä ja yhdellä teelusikallisella tummaa sokeria.

15 min



DK / N

RABARBER- OG JORDBÆRKOMPOT

Citrongræs og appelsinjuice giver denne klassiske kombination en ny drejning.

300 g rabarberstænger
400 g jordbær
100 ml appelsinjuice
3 teskefuld/teskje finthakket citrongræs (ca. 5 cm stykker)
100 g sukker
1 vaniljestang

Fremgangsmåde:

- Fjern bladene fra rabarberne, trim enderne, skræl dem og skær dem ud i stykker på 1-2 cm. Skær jorbærrene ud i kvarte/i fire deler. Flæk vaniljestangen på langs, og skrab kernerne/kornene ud. Gem/Ta vare på både kernerne/kornene og stilken.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og tilsæt 300 ml vand. Luk låget/lokket, og vælg kompot-programmet.
- Når programmet er klar, skal du trykke kortvarigt på den manuelle blenderfunktion en eller to gange. Du kan hælde noget af væsken fra, før du blender, for at få en tykkere konsistens.
- Åbn låget/lokket og server, eller sæt i køleskab til senere brug.

Tip:

Serveres over cheesecake, is eller pandekager.

S

RABARBER- OCH JORDGUBBSKOMPOTT

Citrongräs och apelsinjuice sätter knorr på den här klassiska kombinationen.

300 g rabarber
400 g jordgubbar
100 ml apelsinjuice
3 msk finhackat citrongräs (cirka 5 cm lång stjälkbit)
100 g socker
1 vaniljstång

Steg:

- Ta bort bladen från rabarberna, klipp av ändarna, skala och skär i 1–2 cm tjocka bitar. Rensa och dela jordgubbarna i fyra delar. Dela vaniljstången på längden och skrapa ur kärnorna. Spara både kärnorna och stången.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och tillsätt 300 ml vatten. Stäng locket och välj kompottprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du använda den manuella mixningsfunktionen snabbt en eller två gånger. Låt en del av vätskan rinna av innan mixning för en kraftigare konsistens.
- Öppna locket och servera, eller ställ in i kylen för senare bruk.

Tips:

Servera över ostkaka, glass eller pannkaka.

FIN

RAPARPERI-MANSIKKAHILLOKE

Sitruunaruoho ja appelsiinimehu antavat tälle klassiselle yhdistelmälle oman lisämausteensa.

300 g raparperin varsia
400 g mansikoita
1 dl appelsiinimehua
3 tl hienonnettua sitruunaruohoa (noin 5 cm pala)
100 g sokeria
1 vaniljan siemenkota

Valmistusohjeet:

- Irrota lehdet raparperista, siisti päät, kuori ja viipaloi 1-2 cm paloihin. Putsaa ja lohko mansikat. Halkaise vaniljan siemenkota pitkittäin ja poista siemenet. Ota sekä siemenet että siemenkota talteen.
- Laita kaikki ainekset SoupMakeriin ja kaada joukkoon 3 dl vettä. Sulje kansi ja valitse hillokeohjelma.
- Kun ohjelma on päättynyt, paina manuaalisen sekoituksen painiketta lyhyesti kerran tai kaksi. Voit kaataa osan nesteestä pois ennen sekoittamista, jos haluat hillokkeesta sakeampaa.
- Avaa kansi ja tarjoile tai säilytä jääkaapissa, kunnes käytät hilloketta.

Vinkki:

Tarjoile juustokakun, jäätelön tai pannukakkujen kanssa.

15 min



DK / N

BANANKOMPOT

Denne kompot er en skøn/deilig dessert, især/spesielt når den serveres med vaniljeis.

600 g bananer
550 ml vand
3 spiseskefuld/spiseskje rom
½-1 teskefuld/teskje stødt/malt kanel + ekstra til pynt
50 g sukker

Fremgangsmåde:

- Skræl bananerne, og skær dem i skiver.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og tilsæt 550 ml vand. Luk låget/lokket, og vælg kompot-programmet.
- Når programmet er klar, skal du trykke kortvarigt på den manuelle blenderfunktion en eller to gange. Du kan hælde noget af væsken fra, før du blender, for at få en tykkere konsistens.
- Åbn låget/lokket. Server strøet med kanel som tilbehør til pandekager, is eller kage.

Tip:

Du kan udskifte/bytte ut halvdelen af vandet med kokosmælk. Du kan udelade rommen. Rosiner er gode i denne kompot.

S

BANANKOMPOTT

Den här kompotten är en fantastisk dessert, framför allt när den serveras med lite vaniljglass.

600 g banan
550 ml vatten
3 msk rom
0,5–1 msk malen kanel + extra till garnering
50 g socker

Steg:

- Skala och skiva bananerna.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och tillsätt 550 ml vatten. Stäng locket och välj kompottprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du använda den manuella mixningsfunktionen snabbt en eller två gånger. Låt en del av vätskan rinna av innan mixning för en kraftigare konsistens.
- Öppna locket. Pudra med kanel och servera som tillbehör till pannkaka, glass eller mjuk kaka.

Tips:

Du kan byta ut hälften av vattnet mot kokosmjölk. Du kan utelämna rommen. Russin är ett trevligt tillskott till den här kompotten.

FIN

BANAANIHILLOKE

Tämä hilloke on loistava jälkiruoka, etenkin vaniljajäätelön kanssa tarjoiltuna.

600 g banaania
5,5 dl vettä
3 rkl rommia
½-1 tl jauhettua kanelia + hieman koristeluun
50 g sokeria

Valmistusohjeet:

- Kuori ja viipaloi banaanit.
- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin ja lisää 5,5 dl vettä. Sulje kansi ja valitse hillokeohjelma.
- Kun ohjelma on päättynyt, paina manuaalisen sekoituksen painiketta lyhyesti kerran tai kaksi. Voit kaataa osan nesteestä pois ennen sekoittamista, jos haluat hillokkeesta sakeampaa.
- Avaa kansi. Koristele kanelilla ja tarjoile pannukakkujen, jäätelön tai kakun kanssa.

Vinkki:

Voit korvata puolet vedestä kookosmaidolla. Voit halutessasi jättää rommin pois. Rusinat antavat hillokkeeseen oman kivan lisänsä.

15 min



DK / N

BLOMMEKOMPOT/ PLOMMEKOMPOTT MED ROSENVAND

Et stænk rosenvand giver denne kompot en dejlig blomsterduft.

600 g blommer/plomme
150 g sukker
1 spiseskefuld/spiseskje rosenvand
Saft fra ½ citron

Fremgangsmåde:

- Fjern stenene fra blommerne.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og tilsæt 360 ml vand. Luk låget/lokket, og vælg kompot-programmet.
- Når kompotten er færdig, kan du vælge at trykke kortvarigt en eller to gange på den manuelle blenderfunktion for at ændre konsistensen. Du kan hælde noget af væsken fra, før du blender, for at få en tykkere konsistens.
- Åbn låget/lokket, og server.

Tip:

Server denne kompot med vaniljeis, pandekager eller scones.

S

PLOMMONKOMPOTT MED ROSENVATTEN

En skvätt rosenvatten ger den här kompotten en härlig blommig doft.

600 g plommon
150 g socker
1 msk rosenvatten
Juice från 0,5 citron

Steg:

- Kärna ur plommonen.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och tillsätt 360 ml vatten. Stäng locket och välj kompottprogrammet.
- När kompotten är klar kan du välja att använda den manuella mixningsfunktionen snabbt en eller två gånger för att ändra konsistensen. Låt en del av vätskan rinna av innan mixning för en kraftigare konsistens.
- Öppna locket och servera.

Tips:

Servera den här kompotten med vaniljglass, pannkakor eller scones.

FIN

RUUSUVEDELLÄ MAUSTETTU LUUMUHILLOKE

Loraus ruusuvettä antaa tälle hillokkeelle miellyttävän kukkaistuoksun.

600g luumuja
150g sokeria
1 rkl ruusuvettä
½ sitruunan mehu

Valmistusohjeet:

- Irrota kivet luumuista.
- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin ja kaada joukkoon 3,6 dl vettä. Sulje kansi ja valitse hillokeohjelma.
- Kun ohjelma on päättynyt, voit halutessasi painaa manuaalisen sekoituksen painiketta lyhyesti kerran tai kaksi. Voit kaataa osan nesteestä pois ennen sekoittamista, jos haluat hillokkeesta sakeampaa.
- Avaa kansi ja tarjoile.

Vinkki:

Tarjoile hilloke vaniljajäätelön, pannukakkujen tai skonssien kanssa.

15 min



DK / N

BANAN-SMOOTHIE

Med kun tre ingredienser er denne klassike kombination en smoothie, der er meget nem/enkel at lave.

400 g bananer
700 ml mælk
2 kugler (150 g) vaniljeis

Fremgangsmåde:

- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og vælg smoothie-indstillingen.
- Når smoothien er klar, åbner du låget/lokket og serverer smoothien i høje glas med sugerør.

Tip:

Vaniljeis giver denne smoothie ekstra smag og sødme. At tilsætte is er den hurtigste måde at afkøle en smoothie på. Du kan bruge knust is i stedet for.

S

BANANSMOOTHIE

Den här klassiska smoothien innehåller bara tre ingredienser och är enkel att göra.

400 g banan
700 ml mjölk
2 kulor (150 g) vaniljglass

Steg:

- Placera alla ingredienser i soupmakern, stäng locket och välj smoothieprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och servera smoothien i höga glas med sugrör.

Tips:

Vaniljglassen ger smoothien extra smak och sötma. Att tillsätta glass är det snabbaste sättet att kyla ned en smoothie. Du kan också använda krossad is.

FIN

BANAANISMOOTHIE

Tämä kolmesta ainesosasta koostuva klassinen smoothie on erittäin helppo valmistaa.

400 g banaania
7 dl maitoa
2 kauhallista (150g) vaniljajäätelöä

Valmistusohjeet:

- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse smoothieohjelma.
- Kun smoothie on valmis, avaa kansi ja kaada juoma korkeisiin laseihin. Lisää pilli.

Vinkki:

Vaniljajäätelö antaa smoothielle lisää makua ja makeutta. Jäätelön lisääminen on nopein tapa jäähdyttää smoothie. Jäätelön sijaan voit käyttää myös jäämurskaa.

3 min



DK / N

SMOOTHIE MED BANAN, KAFFE OG KARAMEL

Denne drik gør dig vågen og giver dig samtidig energi

400 g bananer
600 ml mælk
200 ml stærk kaffe, afkølet
2-4 spiseskefulde/spiseskje karamelsovs, efter smag

Fremgangsmåde:

- Skræl og hak bananerne.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og vælg smoothie-indstillingen.
- Når smoothien er klar, åbner du låget/lokket og serverer i høje glas med sugerør. Afslut eventuelt med et ekstra stænk karamelsovs.

S

BANANSMOOTHIE MED KAFFE OCH KARAMELL

Den här drycken piggar upp dig och ger dig energi.

400 g banan
600 ml mjölk
200 ml starkt, kallt kaffe
2–4 msk karamellsås efter smak

Steg:

- Skala och hacka bananerna.
- Placera alla ingredienser i soupmakern, stäng locket och välj smoothieprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och servera smoothien i höga glas med sugrör. Avsluta med en extra skvätt karamellsås om du så önskar.

FIN

BANAANI-KAHVI-KINUSKISMOOTHIE

Tämä juoma herättää sinut ja antaa sinulle energiaa

400 g banaania
6 dl maitoa
2 dl vahvaa kahvia, jäähtynyttä
2-4 rkl kinuskikastiketta oman maun mukaan

Valmistusohjeet:

- Kuori ja pilko banaanit.
- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse smoothieohjelma.
- Kun smoothie on valmis, avaa kansi ja kaada juoma korkeisiin laseihin. Lisää pilli. Halutessasi voit lorauttaa pinnalle hieman lisää kinuskikastiketta.

3 min



DK / N

HURTIG FROSSEN JORDBÆRYOGHURT

Frossen yoghurt er fedtfattig, men har en fyldig tekstur, der minder om is.

600 g frosne jordbær
600 g yoghurt
2 spiseskefulde/spiseskje sukker eller honning

Fremgangsmåde:

- Kom/Legg yoghurt, honning og 300 g jordbær op i suppemaskinen. Luk låget/lokket, og vælg smoothie-programmet.
- Når programmet er afsluttet, skal du åbne låget/lokket og tilsætte resten af den frosne frugt. Luk låget/lokket igen, og brug den manuelle blenderfunktion til at få en tykkere, grovere konsistens.
- Når den frosne yoghurt er klar, åbnes låget/lokket og der serveres i kopper.

Tip:

Tilsæt nogle dråber vaniljeessens for at få en dejlig vaniljesmag.
Enhver type frossen frugt fungerer godt i denne opskrift. Prøv jordbær, blåbær, ananas eller mango.

S

SNABB YOGHURTGLASS MED JORDGUBBAR

Yoghurtglass är fettsnål, men har en fyllig glasliknande konsistens.

600 g frysta jordgubbar
600 g yoghurt
2 msk socker eller honung

Steg:

- Placera yoghurten, honungen och 300 g jordgubbar i soupmakern. Stäng locket och välj smoothieprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och tillsätta resten av de frysta jordgubbarna. Stäng locket igen och använd den manuella mixningsfunktionen för att få en kraftigare konsistens med bitar.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och servera yoghurtglassen i skålar.

Tips:

Tillsätt några droppar vaniljessens för en härlig vaniljsmak.
All fryst frukt går bra i det här receptet. Varför inte prova jordgubbar, blåbär, ananas eller mango?

FIN

NOPEA MANSIKKA-JOGURTTIJÄÄDYKE

Jogurttijäädyke on vähärasvaista, mutta sen koostumus on täyteläisen jäätelömäinen.

600 g pakastemansikoita
600 g jogurttia
2 rkl sokeria tai hunajaa

Valmistusohjeet:

- Kaada mansikat, hunaja ja 300 g mansikoita SoupMakeriin. Sulje kansi ja valitse smoothieohjelma.
- Kun ohjelma on päättynyt, avaa kansi ja lisää loput pakastemarjat. Sulje kansi uudelleen ja käytä manuaalista sekoitusta tehdäksesi jäädykkeestä hieman paksumpaa. Älä kuitenkaan sekoita seosta täysin tasaiseksi.
- Kun jogurttijäädyke on valmista, avaa kansi ja siirrä tarjoilukuppeihin.

Vinkki:

Mukavan vaniljan maun saat lisäämällä joukkoon muutaman tipan vaniljauutetta.
Mitkä tahansa pakastemarjat tai -hedelmät sopivat tähän reseptiin. Kokeile mansikoita, mustikoita, ananasta tai mangoa.

3 min



DK / N

SMOOTHIE MED APPELSIN OG GRØNNE GULERODSTOPPE

Denne drik anvender de næringsholdige grønne gulerodstoppe, vi normalt smider væk/vi vanligvis kaster.

200 g appelsiner
200 g banan
20 g grønne gulerodstoppe
200 g mango
1 spiseskefuld/spiseskje olivenolie
400 ml vand

Fremgangsmåde:

- Skræl og hak appelsinerne. Skræl og hak bananen. Skræl mangoen, fjern stenen, og hak frugtkødet.
- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, og tilsæt 400 ml vand. Luk låget/lokket, og vælg smoothie-indstillingen.
- Når smoothien er klar, åbner du låget/lokket og serverer i høje glas med sugerør.

Tip:

Tilsæt isterninger eller knust is før servering. Olivenolien hjælper kroppen med at absorbere vitaminerne A, D, E og K i denne drik - disse vitaminer kan kun opløses i olie/fedt.

S

APELSIN- OCH MOROTSMOOTHIE

Den här drycken gör att du har nytta av de näringsrika morotsbladen som du vanligtvis slänger.

200 g apelsin
200 g banan
20 g morotsblad
200 g mango
1 msk olivolja
400 ml vatten

Steg:

- Skala och skär apelsinerna i fyra delar. Skala och hacka bananerna. Skala mangon, ta bort kärnan och hacka fruktköttet.
- Placera alla ingredienser i soupmakern och tillsätt 400 ml vatten. Stäng locket och välj smoothieprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och servera smoothien i höga glas med sugrör.

Tips:

Tillsätt några isbitar eller krossad is innan servering.
Olivoljan hjälper din kropp att ta upp A-, D-, E- och K-vitaminerna i den här drycken – dessa vitaminer kan enbart bearbetas med olja/fett.

FIN

VIHREÄ APPELSIINI-PORKKANASMOOTHIE

Tässä juomassa hyödynnetään ravitsevat porkkananlehdet, jotka yleensä heitetään pois.

200 g appelsiinia
200 g banaania
20 g porkkananlehtiä
200 g mangoa
1 rkl oliiviöljyä
4 dl vettä

Valmistusohjeet:

- Kuori ja lohko appelsiinit. Kuori ja pilko banaanit. Kuori mango, irrota kivi ja pilko hedelmäliha.
- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin ja lisää 4 dl vettä. Sulje kansi ja valitse smoothieohjelma.
- Kun smoothie on valmis, avaa kansi ja kaada juoma korkeisiin laseihin. Lisää pilli.

Vinkki:

Lisää muutama jääkuutio tai jäämurskaa ennen tarjoilua.
Oliiviöljy auttaa kehoasi käyttämään juoman sisältämät A-, D-, E- ja K-vitamiinit - nämä vitamiinit imeytyvät ainoastaan rasvan/öljyn kanssa.

3 min



DK / N

SMOOTHIE MED HINDBÆR/ BRINGEBÆR OG KÆRNEMÆLK

En dejlig måde at vågne på om morgenen.

500 g friske hindbær/bringebær
500 ml kærnemælk
200 ml danskvand/Farris eller annet vann med kullsyre

Fremgangsmåde:

- Kom/Legg alle ingredienserne op i suppemaskinen, luk låget/lokket, og vælg smoothie-indstillingen.
- Når smoothien er klar, åbner du låget/ lokket og serverer i et højt glas med sugerør.

Tip:

Du kan også bruge banan, jordbær, blåbær eller solbær i denne smoothie.
Hvis du ikke kan få kærnemælk, kan du lave det selv. Hæld 500 ml mælk op i en skål, og rør 2 spiseskefulde/spiseskje citronsaft i. Lad mælken stå 5 minutter, og fortsæt derefter som beskrevet i opskriften.
For at gøre drikken kold, kan du bruge ingredienser direkte fra køleskabet eller tilsætte knust is eller isterninger når drikken er klar.

S

HALLON- OCH KÄRNMJÖLKSSMOOTHIE

Ett härligt sätt att vakna på om morgnarna.

500 g färska hallon
500 ml kärnmjölk
(kan bytas ut mot naturell youghurt eller filmjölk)
200 ml kolsyrat vatten

Steg:

- Placera alla ingredienser i soupmakern, stäng locket och välj smoothieprogrammet.
- När soupmakern är klar kan du öppna locket och servera smoothien i höga glas med sugrör.

Tips:

Du kan även använda bananer, jordgubbar, blåbär eller björnbär i den här smoothien.
Om du inte hittar kärnmjölk i butiken kan du göra den själv. Häll 500 ml mjölk i en skål och rör ned 2 msk citronjuice. Låt stå i 5 minuter och bearbeta sedan enligt receptet.
För att njuta av din dryck kall kan du använda ingredienser direkt från kylskåpet eller tillsätta lite krossad is eller några isbitar när drycken är klar.

FIN

VADELMA-PIIMÄSMOOTHIE

Ihana tapa herätä aamuisin.

500 g tuoreita vadelmia
5 dl piimää
2 dl kivennäisvettä

Valmistusohjeet:

- Lisää kaikki ainekset SoupMakeriin, sulje kansi ja valitse smoothieohjelma.
- Kun smoothie on valmis, avaa kansi ja kaada juoma korkeisiin laseihin. Lisää pilli.

Vinkki:

Voit käyttää smoothiessa myös banaania, mansikoita, mustikoita tai karhunvatukkaa. Mikäli et löydä piimää, voit tehdä sitä itse. Kaada kulhoon 5 dl maitoa ja sekoita joukkoon 2 rkl sitruunamehua. Anna vetäytyä 5 minuuttia, jonka jälkeen käytä ohjeen mukaisesti.
Jos haluat juoman olevan kylmää, ota ainekset suoraan jääkaapista tai lisää valmiin juoman joukkoon jäämurskaa tai jääkuutioita.

3 min



© 2012 Koninklijke Philips N.V.
All rights reserved.

Document order number: 4241 210 14612