



Rezepte für Ihren
BIANCO Hochleistungsmixer

Inhaltsverzeichnis

Hinweise bei der generellen Zubereitung	3
Grüne Smoothies	5
Grüne Soße, Tomatensoße und Hummus	6
Tomaten-, Spargel- und Blumenkohlsuppe	7
Cashew- und Mandelmus	8
Aprikosenpudding, Zitronencreme und Nusspudding	9
Cashew-, Mandel- und Hanfmilch	10
Tomaten-, Erdnuss- und Zucchini dressing	11
Eisrezepte	12
Frucht-Smoothies	13
Soja- und Sesammilch	14
BIANCO Kontaktdaten	15

Hinweise bei der generellen Zubereitung

Mit dem BIANCO Hochleistungsmixer ist die Zubereitung vieler Speisen sehr einfach. Man fügt nur seine Zutaten in den Mixbehälter ein und wählt das gewünschte Automatik-Programm aus. Schon erhält man einen leckeren Nachtisch, gesunde Smoothies oder eine wohlschmeckende und warme oder heiße Suppe. Und vieles mehr!

In der Praxis hat sich aber gezeigt, dass aller Anfang schwer ist. Daher haben wir Ihnen die häufigsten Fragen mit entsprechenden Lösungen aufgezeigt.

Beim Zubereiten arbeitet Ihr BIANCO Mixer reibungslos, kommt dann aber ins Stocken.

Es kann sein, dass sich die größeren Stückchen der gemixten Masse im unteren Bereich des Mixbehälter festsetzen. Schalten Sie das Gerät aus und versuchen sie die großen Stücke mit dem Stampfer zu lösen. Manchmal bilden sich auch nur Luftblasen, die Sie ebenfalls mit dem Stampfer beseitigen können. Fügen Sie ggf. mehr Wasser hinzu.

Beim Mixen wird ein Teil der Zutaten gegen die Wände des Mixbehälters gedrückt und setzt sich dort ab. Die Messer laufen ins Leere.

Dies passiert vor allem dann, wenn kleinere Mengen zerkleinert werden, sowie bei der Zubereitung von Mandelmus und Nussmusen. Abhilfe besteht darin, dass man die Masse bei ausgeschaltetem Gerät mit dem Stampfer vom Rand in Richtung Messer drückt. Das Hinzufügen von Flüssigkeiten sorgt dafür, dass die Masse unten im Mixbehälter bleibt und dort von den Messern verarbeitet werden kann.

Der Mixer kommt ins Stocken und streikt dann vollends.

Ihr BIANCO Hochleistungsmixer hat einen Überhitzungsschutz, der sicherstellt, dass das Gerät nicht überhitzt. Machen Sie öfter eine Pause, damit er abkühlen kann. Sollte der Überhitzungsschutz ausgelöst sein, so warten Sie 45 Minuten. Danach ist Ihr BIANCO Hochleistungsmixer wie gewohnt einsatzbereit.

Hinweise bei der generellen Zubereitung

Mandeln, Nüsse, Sonnenblumenkerne und Samen werden im Mixbehälter zwar zerkleinert, es entsteht aber kein cremiges Mus.

Fügen Sie Esslöffelweise neutrales Speiseöl hinzu, bis die Messer wieder greifen und sich eine cremige Konsistenz entwickelt. Oft hilft es, die Nussmasse mit dem Stampfer wieder auf die Messer zu drücken.

Bei länger dauernder Zubereitung von Nussmusen, muss durch die Reibungseffekte mit einer Wärmeentwicklung gerechnet werden. Damit das fertige Mus den Kriterien der Rohkost entspricht und sich keine Transfette bilden, sollte man darauf achten, dass die Masse im Mixbehälter nicht über 42 °C erhitzt wird. Dies können Sie einfach mit dem BIANCO Stampfer T42L überprüfen (siehe Bedienung des Stampfers auf Seite 17). Legen Sie ein paar kleine Pausen ein, in dem sowohl das Mus, als auch das Gerät abkühlen kann.

 **Hinweis** *Aktuelle Rezepte finden Sie auch auf unserer Internetseite unter www.bianco-power.com.*

Grüne Soße, Tomatensoße und Hummus

Sweet Apple Smoothie

Sie benötigen:

- 1 reife Banane
- 2 Handvoll Babyspinat
- Grün einer Möhre
- 2 süße Äpfel
- 4 Kohlrabiblätter
- 500 ml frisches Wasser

Zubereitung

Die Banane schälen, den Apfel vierteln und nur Stiel und Blütenansatz entfernen, die Kerne sollten mit verwendet werden. Den Babyspinat kurz waschen. Nun alle Zutaten in den Mixbehälter geben und das Wasser hinzufügen. Starten Sie nun das Programm „Vegetable“. Fertig.

Guten Appetit!

Grüner Power Smoothie

Sie benötigen:

- 1 Banane
- 1 Apfel oder entkernte Mango
- 1 Handvoll Mangold oder Blattspinat
- ½ TL Öl (Kokosöl)
- 100 ml Apfelsaft
- 100 ml frisches Wasser

Zubereitung

Die Banane schälen, den Apfel vierteln und nur Stiel und Blütenansatz entfernen, die Kerne sollten mit verwendet werden. Den Babyspinat kurz waschen.

Nun alle Zutaten in den Mixbehälter geben und das Wasser hinzufügen. Starten Sie nun das Programm „Vegetable“. Fertig.

Guten Appetit!

Sweet Cherry Smoothie

Sie benötigen:

- 1 Mango
- 14 Kirschen
- 2 Nektarinen
- 250 g Feldsalat
- ½ Bund Petersilie
- ½ Zitrone (geschält)
- 500 ml frisches Wasser

Zubereitung

Die Mango, Kirschen und Nektarinen entkernen, den Feldsalat kurz waschen. Die Haut der Zitrone mit einem Sparschäler abschälen.

Alle Zutaten in den Mixbehälter geben und das Programm „Vegetable“ starten. Fertig.

Guten Appetit!

Grüne Soße, Tomatensoße und Hummus

Grüne Soße

Sie benötigen:

- Einige frische Salatblätter
- Staudensellerie mit grünen Blättern
- 1 EL Tomatenmark
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL frischen Zitronensaft
- 2 EL frisches Wasser
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter füllen und das Programm „Sauce“ starten.

Diese grüne Soße passt wunderbar zu Pfannkuchen, Nudeln, frischen Kartoffeln und vielem mehr.

Guten Appetit!

Tomatensoße

Sie benötigen:

- 7 mittelgroße Tomaten
- 2 kleine Schalotten
- 8 frische Basilikumblätter
- 1 TL Agavendicksaft
- 2 EL Olivenöl
- frische Petersilie, Chilishote
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Geben Sie alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Sauce“. Schmecken Sie die Tomatensoße mit Salz und Pfeffer ab. Fertig.

Guten Appetit!

Hummus

Sie benötigen:

- 250 g Kichererbsen (aus der Dose)
- 1 EL Tahin (Sesammus)
- 4 EL Olivenöl
- Saft einer frischen Zitrone
- Etwas Knoblauch
- ½ EL Kreuzkümmel
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Geben Sie alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Sauce“. Schmecken Sie den Hummus mit Salz und Pfeffer ab. Fertig.

Guten Appetit!

Tomaten-, Spargel und Blumenkohlsuppe

Tomatensuppe

Sie benötigen:

- 500 g Tomaten
- 1 rote Paprika
- 1 Orange
- 60 g Cashewkerne
- 2-4 Basilikumblätter
- Meersalz und schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Geben Sie die Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Bisque“. Nach Programmablauf schmecken Sie nun die Tomatensuppe nach Belieben mit etwas Meersalz und schwarzen Pfeffer ab. Fertig.

Guten Appetit!

Spargelsuppe

Sie benötigen:

- 60 g Mandeln
- 300 g geschälter weißer Spargel
- 1 kleine Frühlingszwiebel
- ½ Banane (ohne Schale)
- 250 ml frisches Wasser
- Saft einer halben Zitrone
- 1 TL Abrieb einer Bio Zitrone
- Meersalz
- Frisch gemahlener weißer Pfeffer
- 4 EL Kresse

Zubereitung

Die Mandeln in den BIANCO Mixbehälter geben und das Programm „Nuts“ starten.

Alle Zutaten zu den gemahlene Mandeln geben und das Programm „Bisque“ starten. Nach 8 Minuten ist Ihre Suppe fertig.

Herzhaft mit Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit Kresse würzen.

Guten Appetit!

Blumenkohlsuppe

Sie benötigen:

- 1 kleine Frühlingszwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Blumenkohl
- 300 ml frisches Wasser
- 1 reife Avocado (ohne Schale)
- 3 EL Zitronensaft
- 3 EL Schnittlauch
- Meersalz
- Frisch gemahlener weißer Pfeffer

Zubereitung

Frühlingszwiebel und Knoblauchzehe schälen, den Blumenkohl grob zerkleinern.

Zwiebel, Knoblauchzehe und den Blumenkohl in den BIANCO Mixbehälter füllen und das Programm „Nuts“ starten.

Nun das frische Wasser und die Avocado (ohne Kern) in den Mixbehälter geben und das Programm „Bisque“ starten. Den Schnittlauch unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fertig.

Guten Appetit!

Cashewmus, Mandelmus

Cashewmus

Sie benötigen:

- 250 g Cashewnüsse etwa
- 4 EL Öl (Sonnenblumen- oder Distelöl)

Zubereitung

Die Cashewkerne zusammen mit dem Öl in den BIANCO Mixbehälter füllen und das Programm „Nuts“ starten.

Danach manuell solange mixen, bis eine feine Paste entstanden ist. Dies kann einige Zeit in Anspruch nehmen.

Guten Appetit!

Mandelmus

Sie benötigen:

- 200 g Mandeln
- 4 EL Öl (Mandel- oder Sonnenblumenöl)

Zubereitung

Die Mandeln zusammen mit dem Öl in den BIANCO Mixbehälter füllen und das Programm „Nuts“ starten.

Danach manuell solange mixen, bis eine feine Paste entstanden ist. Dies kann einige Zeit in Anspruch nehmen.

Guten Appetit!

„Bei der Herstellung von Nussmusem müssen Sie mit dem BIANCO Stampfer die Nüsse immer wieder auf die Messer drücken. Bei diesem Vorgang kann es zu einer erhöhten Temperatur kommen. Legen Sie ein paar kleine Pausen ein, in dem das Mus als auch das Gerät abkühlen kann. (Bei einer Überhitzung schaltet der Mixer selbstständig ab. Nach ca. 45 Minuten ist er wieder einsatzbereit.)

Falls die Nüsse nicht fein genug zermahlen werden sondern noch grobe Stücke zurückbleiben bleiben, fügen sie noch etwas Öl hinzu.“

Guten Appetit!

Aprikosenpudding, Zitronencreme und Nusspudding

Aprikosenpudding

Sie benötigen:

- 1 große Banane
- 400 g Aprikosen (entkernt)
- 50 ml Cashewmilch
- 3 EL Rohrzucker
- 1 EL frischer Zitronensaft
- 1 TL Johannesbrotkernmehl
- 2 EL Mandelblättchen
- 2 Blätter Zitronenmelisse

Zubereitung

Bananen schälen und die Aprikosen halbieren.

Banane, Aprikosen, Milch, Zucker und den Zitronensaft in den BIANCO Mixbehälter geben und das Programm „Nuts“ starten. Johannesbrotkernmehl hinzufügen und mit der Pulse Taste kurz untermischen.

Den Pudding im Kühlschrank gut durchkühlen lassen. Vor dem Servieren mit den Mandelblättchen und der Zitronenmelisse garnieren.

Guten Appetit!

Zitronencreme

Sie benötigen:

- 250 g Cashewkerne
- 1 TL Abrieb von einer Zitrone
- Saft von einer Zitrone
- 100 ml frisches Wasser
- 5 EL Agavendicksaft

Zubereitung

Alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter geben und das Programm „Sauce“ starten.

Die Zitronencreme vor dem Servieren im Kühlschrank gut auskühlen lassen.

Guten Appetit!

Nusspudding

Sie benötigen:

- 100 g Walnuskerne
- 100 g Haselnuskerne
- 100 g Mandeln
- 2 große Bananen
- 300 ml Nussmilch
- 4 EL Rohrzucker
- 1 Prise Meersalz
- 2 TL gemahlener Zimt
- etwas gemahlene Bourbonvanille

Zubereitung

Die Nüsse in den BIANCO Mixbehälter geben und mit dem Programm „Nuts“ zerkleinern lassen.

Die Bananen schälen und zusammen mit den anderen Zutaten dem Nussmehl hinzugeben.

Nun starten Sie das Programm „Sauce“, damit die Zutaten vermengt werden. Den fertigen Nusspudding füllen Sie in eine Schüssel. Vor dem Servieren auskühlen lassen.

Guten Appetit!

Cashew-, Mandel- und Hanfmilch

Cashewmilch

Sie benötigen:

- 100 g Cashewnüsse
- 1 Liter frisches Wasser
- Salz oder etwas Süßungsmittel

Zubereitung

Füllen Sie die Cashewnüsse mit frischem Wasser, in den BIANCO Mixbehälter ein. Starten Sie nun das Programm „Sauce“. Schmecken Sie nach Bedarf die Cashewmilch mit etwas Süßungsmittel und Salz ab. Fertig.

Guten Appetit!

Mandelmilch

Sie benötigen:

- 100 g geschälte Mandeln
- 500 ml Wasser
- etwas Süßungsmittel
- Prieser Salz

Zubereitung

Geben Sie die Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Sauce“. Schmecken Sie nach Bedarf die Mandelmilch mit etwas Süßungsmittel und Salz ab. Fertig.

Guten Appetit!

Tipp:

Wenn Sie die Milch nach dem Mixvorgang filtern, wird sie milder und heller.

Guten Appetit!

Hanfmilch

Sie benötigen:

- 85 g Hanfsamen
- 500 ml frisches Wasser

oder

- 50 g geschälte Hanfsamen
- 750 ml frisches Wasser

Zubereitung

Geben Sie die Hanfsamen in den BIANCO Mixbehälter und füllen Sie das frische Wasser hinzu.

Starten Sie nun das Programm „Sauce“. Fertig.

Guten Appetit!

Tipp:

Wenn Sie die Milch nach dem Mixvorgang filtern, wird sie milder und heller.

Tomaten-, Erdnuss- und Zucchini dressing

Tomatendressing

Sie benötigen:

- 3 Aprikosen
- 2 Tomaten
- 1 kleine Frühlingszwiebel
- 2 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 1 getrocknete Chilischote
- 1 TL Zucker

Zubereitung

Entfernen Sie die Kerne der Aprikosen. Füllen Sie nun alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Sauce“. Fertig.

Schmecken Sie nun nach Belieben das Dressing mit etwas Salz ab.

Guten Appetit!

Erdnussdressing

Sie benötigen:

- ½ rote Peperoni
- 5 Stängel Petersilie
- 100 g Erdnusskerne
- Saft von einer halben Zitrone
- Etwas fein abgeriebene Zitronenschale
- 100 ml Cashewmilch
- 1 TL Agavendicksaft
- Meersalz

Zubereitung

Peperoni entkernen, Petersilie von den Stängel zupfen.

Alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter geben und das Programm „Sauce“ starten.

Mit Salz abschmecken. Fertig.

Guten Appetit!

Zucchini dressing

Sie benötigen:

- 1 kleine Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 75 g Pinienkerne
- 4 Blätter Basilikum
- 70 ml Wasser
- 2 EL Zitronensaft
- Meersalz
- Frisch gemahlener weißer Pfeffer

Zubereitung

Zucchini und den Knoblauch schälen. Alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter geben.

Starten Sie den Mixvorgang mit dem Programm „Sauce“.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fertig.

Guten Appetit!

Eisrezepte

Kokos-Himbeereis

Sie benötigen:

- 200 g gefrorene Himbeeren
- 100 g Cashewkerne
- 100 - 200 ml feste Kokosmilch

Zubereitung

Geben Sie alle Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das „Sauce“ Programm. Sie können anschließend noch Stevia oder etwas Agavendicksaft hinzugeben, falls Ihnen das „Eis“ nicht süß genug schmeckt.

Guten Appetit!

Pistazieneis

Sie benötigen:

- 3 kleine Bananen
- 1 Avocado
- 50 g geschälte grüne Pistazien
- 3 getrocknete Datteln
- ½ Vanilleschote
- 2 EL Cashewmus
- 50 ml kalte Nussmilch
- 1 EL Kürbiskernöl

Zubereitung

Die Bananen schälen, die Avocado entkernen und schälen. Diese frieren Sie in kleinen Stücken ein.

Die restlichen Zutaten mit den eingefrorenen Bananen und Avocados in den BIANCO Mixbehälter geben und das Programm „Sauce“ starten. Fertig.

Guten Appetit!

Schokoeis

Sie benötigen:

- 3 Bananen
- 6 getrocknete entsteinte Datteln
- 3 EL Walnusskerne
- 2 EL Kakaopulver
- 100 ml Nussmilch
- 2 EL Mandelmus
- 3 EL gehackte Mandeln

Zubereitung

Bananen schälen und in kleinen Stücken einfrieren.

Die Mandeln im „Nuts“ Programm grob hacken und in eine Schale umfüllen.

Nun die gefrorenen Bananenstücke und die restlichen Zutaten in den BIANCO Mixbehälter geben und das Programm „Sauce“ starten.

Das cremige Eis mit den gehackten Mandeln unterziehen.

Guten Appetit!

*Bei diesen Rezepten müssen Sie mit Ihrem Stampfer arbeiten.
Halten Sie bei Verwendung des Stampfers stets den Mixbehälter mit einer Hand fest.*

Frucht-Smoothies

Frucht-Smoothie

Sie benötigen:

- ½ Mango (ohne Kern)
- ½ Grapefruit
- ½ Orange
- 1 Mispel
- ½ Granatapfel
- 500 ml frisches Wasser

Zubereitung

Verwenden Sie vom Granatapfel nur die Kerne. Die Haut der Orange schälen Sie mit einem Sparschäler ab. Geben Sie nun die Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Smoothie“. Fertig.

Guten Appetit!

Pina Colada-Smoothie

Sie benötigen:

- 200 g Ananas
- 200 g rohes Kokosmus
- 100 ml frisches Wasser

Zubereitung

Entfernen Sie die Schale der Ananas und geben Sie diese mit den anderen Zutaten in den BIANCO Mixbehälter. Verwenden Sie zur Zubereitung das Programm „Smoothie“. Fertig.

Guten Appetit!

Kalter Schoko-Smoothie

Sie benötigen:

- 3 Bananen
- 500 ml Nussmilch
- 5 EL Agavendicksaft
- 5 EL Kakaopulver
- 2 EL Kakaonibs (wenn vorhanden)
- 1 TL gemahlene Bourbon Vanille

Zubereitung

Die Bananen schälen und in kleinen Stücken einfrieren. Diese geben Sie dann mit den restlichen Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten das Programm „Smoothie“. Fertig.

Guten Appetit!

Wenn Sie Ihren Frucht-Smoothie kalt genießen möchten, reduzieren Sie die Menge des frischen Wassers und geben Sie ein paar Eiswürfel hinzu.

Soja- und Sesammilch

Sojamilch

Sie benötigen:

- 100 g Sojabohnen
- 1 Liter frisches Wasser
- Süßungsmittel

Zubereitung

Kochen Sie die Sojabohnen für eine Stunde. Geben Sie nur die Sojabohnen mit frischem Wasser in den BIANCO Mixbehälter. Starten Sie das Programm „Soy Milk“. Abschließend mit etwas Süßungsmittel abschmecken. Fertig.

Guten Appetit!

Sesammilch

Sie benötigen:

- 100 g geschälter Sesam
- 10 entsteinte Datteln
- 1 Banane (ohne Schale)
- Saft einer Orange
- 2 EL Zitronensaft
- 600 ml frisches Wasser

Zubereitung

Geben Sie den Sesam mit den restlichen Zutaten in den BIANCO Mixbehälter und starten Sie das Programm „Soy Milk“. Fertig.

Guten Appetit!

BIANCO Kontaktdaten

Kontaktdaten

BIANCO GmbH & Co. KG
Maarweg 255
50825 Köln
Deutschland

Telefon +49 221 50 80 80-0
Fax +49 221 50 80 80-10
Mail info@bianco-power.com

Besuchen Sie auch unseren YouTube Rezept-Kanal unter www.youtube.de/biancopower