

FRANÇAIS

GUIDE DE MISE EN ROUTE ET
MANUEL DE L'UTILISATEUR

COMMENÇONS !

Félicitations !

Vous verrez à quel point il est rapide, facile de préparer des aliments sains et délicieux ! Nous espérons que les informations fournies dans ce guide pourront vous être utiles. Les possibilités sont infinies et nous savons que vous aimerez votre nouveau mode de vie Vitamix !

Lisez tout le matériel didactique trouvé dans cette brochure. Suivez les instructions de nettoyage de la page 14 avant d'utiliser votre appareil.

Nous vous suggérons d'essayer nos recettes. Nous avons mis des années à les essayer pour en arriver à de délicieux résultats. Votre appareil Vitamix® mélangera tous les fruits ou légumes, mais toutes les combinaisons n'ont pas nécessairement un goût agréable. Commencez par les recettes de ce guide, et bientôt vous serez prêt à passer à des centaines d'autres recettes.

Enfin, utilisez le livre de recettes comme un guide pour créer vos propres recettes. Commencez par remplacer les ingrédients semblables. Puis, une fois que vous serez à l'aise avec votre appareil, vous trouverez d'innombrables manières de créer vos propres mets nutritifs et délicieux à la façon Vitamix !



Vita-Mix® Corporation

8615 Usher Road • Cleveland, Ohio 44138-2103, USA
www.vitamix.com • (800) 848-2649 • +1 (440) 235-4840 • service@vitamix.com
www.vitamix.ca • (800) 848-2649 • +1 (440) 235-4840 • service@vitamix.com
www.vitamix.co.uk • 0845 868 4566 • service@vitamix.com
www.vitamix.ie • 0766 709854 • service@vitamix.com
fr.service@vitamix.com • ger.service@vitamix.com • sp.service@vitamix.com

Si vous n'avez pas acheté votre appareil directement de Vita-Mix, s.v.p. communiquez avec votre concessionnaire local.

TABLE DES MATIÈRES

► PANORAMA DE L'APPAREIL VITAMIX®

Importantes mesures de protection	4
Vitamix® service	6
Enregistrement du produit	6
L'appareil vitamix®	7
Le couvercle	8
À propos des lames	9
Retrait des lames.....	10
Pose des lames	10
Tableau de commande.....	11
Conseils pour le réglage des vitesses	11
Poussoir	12
Rembobineur de cordon	12
Sécurité automatique contre le surcharge.....	13
Entretien et nettoyage	14
Faire fonctionner votre appareil.....	16
Nettoyage et préparation	17

► INSTRUCTIONS ÉTAPE PAR ÉTAPE

Jus faits d'aliments entiers	19
Mélanger	22
Hachage à sec	26
Hachage avec liquides	29
Préparation de desserts glacés	33
Cuisine.....	36
Broyage dans le récipient À lames avec liquides.....	39
Broyage dans le récipient À lames à sec.....	42
Pétrissage.....	47

IMPORTANTES MESURES DE PROTECTION

En utilisant l'appareil Vitamix®, les mesures de sécurité de base suivantes doivent être prises.

1. Lisez toutes les instructions.
 2. Pour éviter le risque de choc électrique, ne plongez pas le socle moteur ni dans l'eau ou autres liquides.
 3. **⚠AVERTISSEMENT !** Une étroite surveillance d'un adulte est nécessaire lorsque l'appareil est utilisé à proximité des enfants. Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil; Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
4. **⚠AVERTISSEMENT !** Eteignez l'appareil et débranchez-le de l'alimentation électrique lorsqu'il n'est pas utilisé, avant de changer les accessoires ou d'approcher les pièces mobiles, et avant le nettoyage.
5. **⚠ATTENTION !** Ne touchez jamais aux pièces amovibles.
 6. **⚠AVERTISSEMENT !** NE faites fonctionner aucun appareil dont le cordon ou la fiche est endommagé. Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son agent d'entretien ou une personne qualifiée, afin d'éviter tout accident. Si l'appareil ne fonctionne pas correctement, s'il est endommagé ou que vous l'avez laissé tomber, contactez immédiatement le service clientèle de Vitamix en appelant le **+1-440-235-4840** ou en envoyant un e-mail à **service@vitamix.com** pour l'inspection, la réparation, le remplacement, le réglage électrique ou mécanique. **Si vous n'avez pas acheté votre appareil chez Vita-Mix Corporation, contactez votre revendeur local.**
 7. **⚠AVERTISSEMENT !** L'utilisation d'accessoires non recommandés ou vendus par Vita-Mix Corporation peut entraîner un risque de blessure corporelle. **Il n'est pas recommandé de changer ou modifier ce produit car il pourrait en découler des blessures corporelles.**
 8. Ne pas utiliser à l'extérieur.
 9. Ne laissez pas le cordon d'alimentation de l'appareil toucher les surfaces chaudes ou pendre du bord d'une table ou d'un comptoir. Les sources externes de chaleur peuvent endommager votre appareil.
 10. **⚠AVERTISSEMENT !** Eloignez vos mains et tout ustensile du récipient pendant que le moteur tourne pour éviter de vous blesser gravement et/ou d'endommager l'appareil. Utilisez une spatule en caoutchouc uniquement lorsque l'appareil est à l'arrêt. **Le poussoir peut être utilisé quand le moteur est en marche, mais uniquement si la partie principale du couvercle est en place.**

IMPORTANTES MESURES DE PROTECTION

11. **⚠AVERTISSEMENT !** Les **lames sont acérées**. Manipulez avec précaution lorsqu'on vide le bol et lors du nettoyage
- N'essayez jamais d'enlever les lames pendant que le récipient est posé sur le bloc moteur.
 - Ne faites pas fonctionner l'appareil si les lames sont desserrées ou endommagées.
 - Pour réduire le risque de blessures, ne placez jamais l'ensemble des lames sur le bloc-moteur sans que le récipient Vitamix ne soit correctement enclenché.

12. La capacité maximale est équivalente au marquage maximum sur le récipient (soit 64 oz/2 L). Les mélanges épais diminuent la capacité.
13. Le récipient ne doit pas être rempli plus qu'au 2/3 quand le poussoir est laissé en place pendant le mélange. **Ne dépassez pas 30 secondes** de mélange continu si le poussoir est en place.
14. **⚠ATTENTION !** En préparant des beurres de noix ou des aliments à base d'huile, ne mélangez pas au-delà d'une minute après que le mélange ait commencé à circuler. Un mixage excessif peut entraîner une surchauffe dangereuse pouvant entraîner des brûlures et autres blessures.

15. **⚠AVERTISSEMENT !** En mélangeant **des liquides chauds** :
- Le couvercle complet fourni doit être bien verrouillé. Ceci permet à la vapeur de s'échapper naturellement et empêche le couvercle de se soulever quand l'appareil est en marche.
 - **NE PAS** démarrer les liquides chauds à **RAPIDE (Δ)**. Toujours démarrer les liquides chauds à **VARIABLE 1** et passer rapidement à la vitesse indiquée dans la recette.
 - Faites attention en manipulant les liquides chauds. Des éclaboussures provenant en-dessous du bouchon du couvercle peuvent se produire, ou la vapeur qui s'échappe peut causer des brûlures.

16. Faites toujours fonctionner l'appareil avec le couvercle complet bien enclenché. Le bouchon du couvercle doit être retiré lorsque vous ajoutez des ingrédients, ou en utilisant le poussoir.
17. Ne laissez pas d'objets étrangers dans le récipient tels que des cuillères, fourchettes, couteaux, ou le bouchon du couvercle car cela pourrait endommager la lame et d'autres éléments lors de la mise en marche de l'appareil et causer des blessures.
18. **CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ.**

Merci de Prendre Note

Ce modèle Vitamix à vitesse variable n'est destiné qu'à un usage ménager.

Les directives contenues dans cette publication ne sont pas conçues pour couvrir toute condition et situation possible pouvant survenir. Il faut faire preuve de bon sens et de prudence en manipulant et entretenant tous les appareils.

VITAMIX® SERVICE

Enregistrez le numéro de modèle et le numéro de série de cet appareil dans les espaces fournis à cet effet. Ces numéros se retrouvent à l'arrière du socle moteur.

Numéro de modèle _____

Numéro de série _____
(Trouvé sous le code à barres à l'arrière du socle de l'appareil)

Date de l'achat _____

Lieu de l'achat _____

Conservez ces numéros pour consultation future.

IMPORTANT : Conservez votre chèque oblitéré ou votre relevé de transaction de carte de crédit bancaire. La date sur ces articles établit la période de garantie, dans l'éventualité d'un recours au service. Si le service est requis, il vaut mieux pour vous de demander et conserver tous les reçus.

Avant de retourner ce produit pour une raison quelconque, y compris la réparation, contactez d'abord notre service clientèle au +1-440-235-4840, service@vitamix.com, ou contactez votre revendeur autorisé.

ENREGISTREMENT DU PRODUIT

Profitez d'un service plus rapide et plus facile à l'avenir en prenant quelques minutes pour enregistrer votre appareil Vitamix. Votre garantie peut être honorée par Vita-Mix® Corporation ou un revendeur agréé.

Si vous n'enregistrez pas votre appareil, vous ne perdrez pas vos droits de garantie.

Si vous avez acheté votre appareil Vitamix directement auprès de Vita-Mix® Corporation par l'intermédiaire du site Web de l'entreprise ou en appelant le centre d'appels, votre produit a été enregistré au moment de l'achat.

Votre appareil n'est pas encore enregistré auprès de Vitamix si vous l'avez acheté :

1. Auprès d'un revendeur américain ou international*
2. Chez un détaillant ou un grossiste
3. Si votre appareil Vitamix est un cadeau
4. Si vous n'êtes pas le propriétaire original de l'appareil

Choisissez l'une des manières suivantes pour enregistrer votre appareil :

1. En ligne sur www.vitamix.com/warranty
2. Courriel à service@vitamix.com
3. Remplissez et postez la carte d'enregistrement du produit fournie (uniquement pour les clients américains et canadiens).
4. Appelez le +1-440-235-4840 en sélectionnant l'option 2.

**Les appareils achetés par l'intermédiaire de distributeurs internationaux sont garantis par le revendeur.*

L'APPAREIL VITAMIX®

couvercle en 2 parties

récipient

lame

socle-moteur

tableau de commande



COUVERCLE



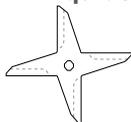
Bouchon de couvercle - Le placer dans le dessus du couvercle et tourner pour le fixer.

Couvercle - Toujours utiliser lorsque la machine fonctionne.

Fermeture hermétique du couvercle - Ferme hermétiquement le couvercle sur le récipient.

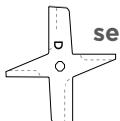
LAMES

avec liquides



Tous les modèles Vitamix sont vendus avec un récipient à résistance élevée aux chocs, équipé d'un broyeur à marteau et de lames coupantes conçues pour les liquides, mélanges congelés, pâtes, hachage et bien davantage. Les lames avec liquides ont quatre bords pointus et ressemblent à ceux-ci à gauche.

sec



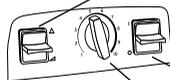
Un récipient supplémentaire à résistance élevée aux chocs, équipé d'un broyeur à marteau et de lames coupantes (conçues pour broyer les grains, le café et pétrir la pâte à pain) est également en vente. Ces lames ont deux bords plats et deux bords pointus et sont marquées "D". Voir l'illustration ci-contre.

TABLEAU DE COMMANDE

Rapide (Δ) / Variable (∇) - RAPIDE (Δ) remplace la gamme de vitesses variables et est la vitesse la plus rapide. VARIABLE (∇) est nécessaire lors de l'utilisation de la gamme de vitesses.

Commutateur Marche (I) / Arrêt (O) - Met en marche et arrête l'appareil.

Gamme de vitesses - Permet à l'utilisateur de sélectionner une multitude de vitesses préétablies.



POUSSOIR



Utilisez le poussoir **seulement quand le couvercle est verrouillé et le bouchon retiré**. Le disque anti-éclaboussures (au sommet du poussoir) évite au poussoir de heurter les lames.

*Il se peut que votre appareil Vitamix diffère légèrement des images de ce guide.

LE COUVERCLE

⚠AVERTISSEMENT ! Le couvercle doit toujours être fixé pendant l'utilisation de l'appareil, particulièrement avec des liquides chauds qui peuvent causer des brûlures.

⚠ATTENTION ! Ne jamais introduire les mains, les spatules, etc., dans le récipient pendant que l'appareil est en fonctionnement.

Le couvercle ne doit pas être forcé lors de la mise en place. Pour faciliter l'utilisation d'un nouveau couvercle, enduisez légèrement le bord et le joint avec de l'huile végétale. Essayez l'excès. Enclenchez le couvercle sur le récipient et laissez-le en place pendant quelques minutes. Une fois que le couvercle a été laissé sur le récipient, il sera beaucoup plus facile de le verrouiller ou de l'enlever et vous n'aurez plus besoin d'utiliser de l'huile végétale.

Selon le type de couvercle que vous avez reçu avec votre appareil Vitamix, verrouillez et enlevez le couvercle, comme expliqué ci-dessous :



Languette du couvercle
Verrouillage du couvercle



Pour verrouiller le couvercle :

1. Aligner le verrouillage du couvercle en deux parties sous une languette du récipient, ainsi le bord entier du couvercle se trouve à l'intérieur du récipient.
2. Appuyer sur le côté opposé du couvercle avec la paume de la main, jusqu'à ce que le verrouillage du couvercle émette un dé clic sous la languette opposée sur le bord du récipient.

Pour enlever le couvercle :

1. Appuyer fermement sur les côtés du couvercle avec les pouces, jusqu'à ce que le verrouillage du couvercle se dégage de la languette du récipient.
2. Lorsque le couvercle est libéré de la languette du récipient, continuer de serrer et soulever pour retirer le couvercle. (Si nécessaire, insérer l'extrémité émoussée d'une cuiller dans le bec. Appuyer sur la cuiller et le couvercle se libèrera.)

Pour verrouiller le couvercle :

1. Aligner le couvercle avec les languettes placées à mi-chemin entre le bec et la poignée.
2. Pousser le couvercle sur le récipient jusqu'à ce qu'il se verrouille.

Pour verrouiller le bouchon du couvercle :

1. L'insérer à travers le couvercle et le fixer en tournant dans le sens antihoraire vers la position "verrouillé". Enlever le bouchon du couvercle uniquement pour utiliser le poussoir ou rajouter des ingrédients.

Pour enlever le couvercle :

Tenez le récipient fermement et soulevez une languette du couvercle.

Pour enlever le bouchon du couvercle :

Tournez le bouchon du couvercle dans le sens antihoraire en position "déverrouillé" et soulevez-le.

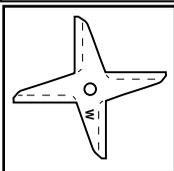
Pour enlever le couvercle : Tournez le couvercle dans le sens antihoraire pour le déverrouiller et le soulever.

À PROPOS DES LAMES

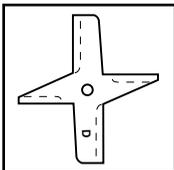
L'appareil Vitamix est livré standard avec le récipient à lames pour liquides. La lame est identifiée par un "W". Cette lame est utilisée dans la plupart de vos recettes. Des récipients supplémentaires avec des lames pour liquides ou ingrédients secs peuvent être achetés séparément.

⚠ATTENTION ! Les lames sont acérées. Manipulez avec précaution.

- N'essayez jamais d'enlever les lames pendant que le récipient est posé sur le bloc moteur.
- Ne pas faire fonctionner si les lames sont lâches ou endommagées.
- Pour réduire le risque de blessures, ne placez jamais l'ensemble des lames sur le bloc-moteur sans que le récipient Vitamix ne soit correctement enclenché.



Récipient à lame pour liquides : Conçu pour les liquides, y compris le jus, les mélanges congelés, les sauces, soupes, purées, pâte à frire, et le broyage liquide. Les lames pour liquides peuvent également mouliner les grains et pétrir la pâte, mais ne sont pas aussi efficaces que les lames pour ingrédients secs pour cette application. Si vous les utilisez pour le broyage, vous risquez d'endommager votre récipient.



Récipient à lame pour ingrédients secs : Ces lames sont clairement identifiées "D" (ingrédients secs) et sont destinées spécialement pour mouliner les ingrédients secs comme les grains, les céréales et le café. Elles servent également à pétrir la pâte à pain. Les lames pour ingrédients secs NE peuvent PAS mixer les liquides efficacement.

⚠ATTENTION ! La mouture d'ingrédients secs pour plus de 2 minutes risque d'endommager votre appareil. L'utilisation régulière peut causer des rayures du récipient et entraîner l'usure prématurée des lames.

Remarque : Certaines herbes et épices peuvent libérer des huiles volatiles et décolorer le récipient de façon permanente. D'autres ont des odeurs fortes qui peuvent persister dans le récipient et affecter le goût des autres aliments. Le broyage de certaines herbes et épices peut entraîner l'usure prématurée de la lame ou fissurer le récipient.

Si vous broyez des herbes sur une base régulière, vous voudrez peut-être acheter un récipient distinct pour ingrédients secs et remplacer les lames le cas échéant.

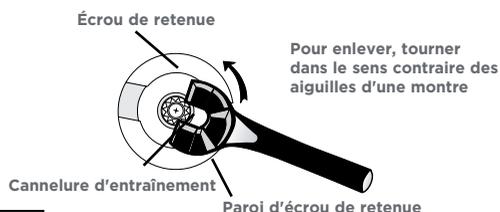
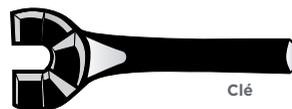
RETRAIT DES LAMES

⚠ATTENTION ! Ne retirez pas les lames à moins que ce ne soit absolument nécessaire !

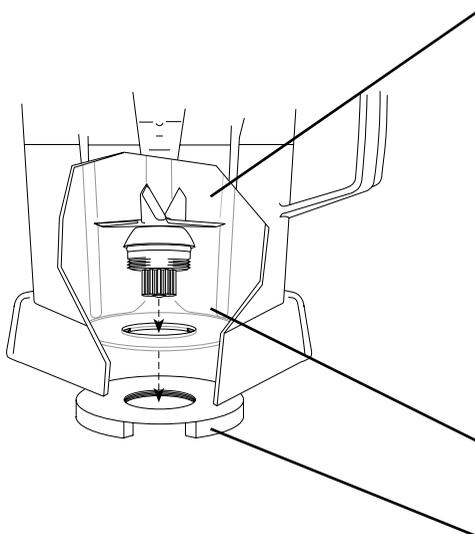
Retournez le récipient et tenez-le fermement. Insérez la clé dans la cannelure du récipient et tournez dans le sens contraire des aiguilles d'une montre pour desserrer l'écrou de retenue. Retirez manuellement l'écrou de retenue. Une clé spéciale conçue à ces fins peut être achetée auprès du service clientèle de Vitamix.

SOIGNEUSEMENT retirer les lames en les agrippant à l'aide d'un chiffon et en soulevant verticalement. Soyez prudent en manipulant les lames. Elles sont très acérées.

⚠AVERTISSEMENT! Ne jamais essayer de démonter l'ensemble des lames, ni le socle moteur. Veuillez contacter le service clientèle de Vitamix ou votre revendeur local pour obtenir des renseignements concernant les services de réparation.



POSE DES LAMES



Agitateur de lame. Soyez prudent en manipulant les lames. Elles sont très acérées.

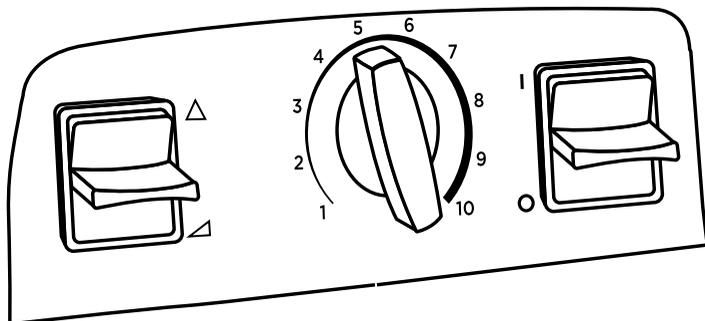
Tenez les lames à l'aide d'un chiffon, insérez dans le fond du récipient et alignez les côtés plats. Placez l'écrou de retenue et resserez. Tournez soigneusement dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à bien resserré à l'aide la clé. **Ne pas trop user de force.**

Remarque : Tenir les lames avec un chiffon permettra d'empêcher tout mouvement pendant le serrage de l'écrou et d'éviter la possibilité de filets foirés ou d'un récipient fissuré.

Cannelure d'entraînement. S'accouple à la prise d'entraînement sur le socle moteur pour faire tourner les lames.

Écrou de retenue. Doit être bien resserré. Une clé est nécessaire pour serrer complètement (voir ci-dessus).

TABLEAU DE COMMANDE



Interrupteur ARRÊT/MARCHE. Relevez pour mettre en MARCHÉ (I). Abaissez pour mettre sur ARRÊT (O).

Commutateur RAPIDE/VARIABLE. RAPIDE (△) est la vitesse la plus rapide disponible. Passez à VARIABLE (∇) pour activer toutes les vitesses variables moins élevées.

Le sélecteur de vitesse variable sélectionne plusieurs vitesses. Il est actif seulement quand le commutateur RAPIDE/VARIABLE est réglé en position VARIABLE (∇).

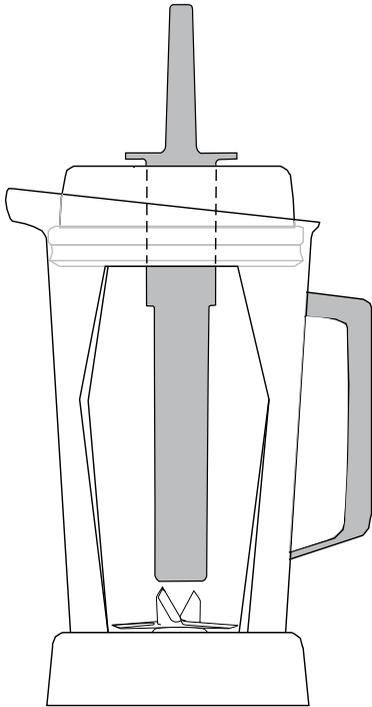
CONSEILS POUR LE RÉGLAGE DES VITESSES

Démarrez toujours l'appareil avec l'interrupteur de gauche en position VARIABLE (∇) et le cadran central sur 1. Augmentez la vitesse selon les besoins de la recette. Cela est spécialement important pour le démarrage de mélanges épais et chauds, pour remuer, hacher, hacher la viande et préparer des portions individuelles. **Utilisez la vitesse VARIABLE avec prudence. Une durée trop longue de mélange à une vitesse trop basse surchauffera l'appareil et amènera la sécurité automatique contre la surcharge à éteindre l'appareil.**

Utilisez la vitesse **RAPIDE** (△) aussi souvent que possible pour les jus d'aliments entiers, les soupes, les laits frappés, les mélanges congelés, la préparation de purées, et la mouture des grains. Les durées de mixage seront généralement de moins d'une minute (la plupart demandent moins de **30 secondes**). **RAPIDE** (△) offre la meilleure qualité de raffinage, de concassage de la glace, des fruits congelés, des fruits ou légumes d'aliments entiers et des grains pour une consistance exempte de grumeaux. **Cela fait également tourner le ventilateur de refroidissement du moteur pour éviter la surchauffe.**

Si vous n'êtes pas certain, surveillez le processus de mélange. En utilisant la vitesse **RAPIDE** (△), si les aliments ne circulent pas, l'appareil peut être surchargé ou il y a peut-être formation d'une poche d'air. Arrêtez l'appareil et libérez la poche d'air en insérant le poussoir par l'ouverture du bouchon du couvercle. Si le poussoir n'apporte pas les résultats souhaités, réduisez la vitesse de l'appareil. Souvent, une vitesse réduite permet aux aliments de circuler lorsque des vitesses plus élevées n'y arrivent pas. Une fois les aliments en circulation, passez à **RAPIDE** (△) et continuez le mélange.

POUSSOIR



Le poussoir vous permet d'accélérer le processus de mélange des aliments consistants et/ou congelés qui ne peuvent pas être mélangés dans un mélangeur régulier. L'utilisation du poussoir maintient la circulation en empêchant la formation de poches d'air. Pendant que l'appareil est en marche, et uniquement par l'ouverture du bouchon du couvercle, servez-vous du poussoir pour pousser les ingrédients sur les lames lors de la confection de crème glacée ou de beurres de noix, de purées de fruits et de légumes.

⚠ATTENTION ! Utilisez le poussoir seulement quand le couvercle est verrouillé et le bouchon retiré.

- Le disque anti-éclaboussures (tout près du haut du poussoir) et le couvercle empêchent le poussoir de heurter les lames lorsque le couvercle est enclenché correctement.
- Le récipient ne doit pas être rempli plus qu'au 2/3 quand le poussoir est utilisé pendant le mélange.
- N'utilisez pas le poussoir pour plus de 30 secondes (pour éviter la surchauffe).
- Si les mélanges épais ne circulent plus, vous avez probablement emprisonné une bulle d'air. Insérez le poussoir à travers le couvercle et remuez pour la libérer.
- Tenir le poussoir bien droit ne favorise pas nécessairement la circulation des ingrédients. S'il le faut, pointez le poussoir vers le côté ou le coin du récipient.

REMBOBINEUR DE CORDON

- Cordon d'alimentation : Votre appareil est équipé d'un long cordon. Rangez bien la partie inutilisée sous l'appareil.
- Dispositif de retenue en plastique du cordon : Sert à bien maintenir le cordon. Nul besoin de desserrer le dispositif de retenue du cordon pour en obtenir davantage. Le dispositif est flexible, et se remet en position après le relâchement du cordon.

SÉCURITÉ AUTOMATIQUE CONTRE LA SURCHARGE

Votre appareil Vitamix est équipé d'une fonction spéciale : Sécurité automatique contre la surcharge. Cette fonctionnalité intégrée est conçue pour protéger le moteur et votre appareil contre la surchauffe. Ainsi la sécurité des utilisateurs Vitamix est assurée.

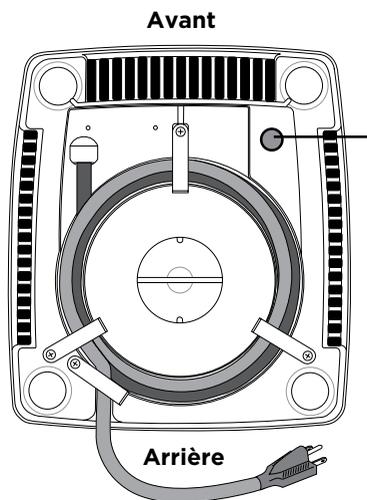
Une fois activée, cette sécurité automatique contre la surcharge causera la coupure du moteur et, éventuellement, dégagera une légère odeur. **NE VOUS INQUIÉTEZ PAS.** Cela indique simplement que cette fonction spéciale de votre appareil Vitamix a été activée et a permis de protéger le moteur.

Conseils pour éviter la "surcharge" de votre appareil Vitamix :

- Mixez uniquement les recettes Vitamix pendant que vous apprenez à utiliser l'appareil.
- Ne mixez pas de recettes à des vitesses inférieures à celles recommandées.
- Ne mixez pas de recettes à des vitesses supérieures à celles recommandées.
- Ne mixez pas de recettes plus longtemps que prévu.
- Utilisez votre poussoir pour éliminer les poches d'air, mixer les mélanges plus épais et maintenir les ingrédients en circulation autour des lames.

Si la sécurité automatique contre la surcharge n'est pas activée, suivez ces instructions :

- Appareils 120 volts : Mettez l'interrupteur sur ARRÊT (O) pendant 45 minutes avant de réinitialiser. La durée de réenclenchement sera prolongée si la température de la pièce est élevée. Pour réduire la durée de réenclenchement, débranchez l'appareil, retirez le contenant et soufflez de l'air dans la section centrale à l'aide d'un sèche-cheveux sur le réglage froid.
- Appareils 220/240 volts : Les moteurs 220/240 volts sont équipés d'un bouton de réinitialisation. Si le moteur s'éteint, appuyez sur le bouton noir de réinitialisation au bas de l'appareil.



Bouton de réenclenchement :
Seulement sur les appareils
220/240 volts.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

Récipient et couvercle



Avant d'utiliser l'appareil pour la première fois, nettoyez votre nouveau récipient pour enlever toutes traces d'huiles ou de particules résultant de la fabrication ou de l'expédition.

1. Remplissez le récipient à moitié avec de l'eau chaude et ajoutez deux gouttes de détergent liquide.
2. Enclenchez bien le couvercle (les deux parties).
3. Sélectionnez Variable 1. Mettez l'appareil en marche et augmentez rapidement la vitesse à Variable 10, puis Rapide (Δ).
4. Laissez tourner l'appareil sur Rapide (Δ) pendant deux minutes.
5. Arrêtez l'appareil.
6. Rincez le récipient, le couvercle et le bouchon du couvercle sous l'eau courante. Laissez sécher à l'air ou essuyez avec un torchon propre.

Remarques : Quelques mélanges épais, comme les pâtes à pain et à gâteaux, peuvent nécessiter un nettoyage supplémentaire à la main. **Laver le récipient dans le lave-vaisselle n'est pas recommandé.** Lorsque vous rangez le récipient avec le couvercle, vous pouvez soit retirer le bouchon du couvercle, soit sécher complètement le couvercle et le récipient, afin d'éviter que l'humidité ne reste emprisonnée.

ENTRETIEN ET NETTOYAGE

Socle moteur

1. Débrancher toujours l'appareil avant de le nettoyer.
2. Nettoyer la surface extérieure à l'aide d'un chiffon doux ou d'une éponge, qui ont été rincés dans une solution de détergent liquide doux et d'eau chaude. La plaquette de centrage peut également être retirée pour un nettoyage plus approfondi.
3. Nettoyer complètement les commutateurs, de sorte qu'ils fonctionnent correctement. Utiliser un tissu ou une éponge humide pour nettoyer l'espace qui entoure les commutateurs.
4. Sécher le socle moteur à l'aide d'un chiffon doux.

⚠ATTENTION ! Ne plonger le socle moteur ni dans l'eau, ni dans d'autres liquides.

Retirer l'ensemble des lames / le socle moteur

Ne jamais essayer de démonter l'ensemble des lames, ni le socle moteur.

Parfois, il peut être nécessaire de retirer l'ensemble complet des lames du récipient et de nettoyer davantage vos lames. Vita-Mix Corporation fournit une clé d'utilisation facile pour retirer l'ensemble des lames.



FAIRE FONCTIONNER VOTRE APPAREIL

1. Assurez-vous que l'appareil est sur ARRÊT (O) et que le moteur est complètement arrêté.
2. Placez le récipient à lame pour liquides sur le socle moteur en l'alignant sur la plaquette de centrage.

Remarque : Utilisez le récipient pour ingrédients secs seulement pour les aliments durs et secs comme les grains et pour pétrir la pâte.

3. Mettez d'abord les liquides et les aliments mous dans le récipient, les solides et la glace en dernier. Bien que ce ne soit pas nécessaire pour le mélange, vous pouvez couper les aliments en morceaux plus petits pour une mesure plus précise des ingrédients.
4. Utilisez toujours le couvercle en deux parties pour le mélange (sauf si le tampon est inséré par le couvercle). Assurez que le couvercle est bien enclenché.
5. Sélectionnez la vitesse souhaitée. Plusieurs aliments sont mélangés à la vitesse RAPIDE (Δ). Il est conseillé pour tous les mélanges nécessitant la vitesse RAPIDE (Δ) de démarrer à VARIABLE 1, de passer rapidement à VARIABLE 10, puis à RAPIDE (Δ). Ceci est particulièrement important en mélangeant des ingrédients chauds ou en travaillant avec un récipient plein d'empêcher les éclaboussures accidentelles.
6. Si les mélanges épais ne circulent plus, vous avez probablement emprisonné une bulle d'air. Si en insérant le poussoir par le couvercle ne la libère pas, réduisez la vitesse de RAPIDE (Δ) à VARIABLE 10 et tournez le cadran de 10 à 5. Remuez à l'aide du poussoir jusqu'à ce que vous entendiez un bruit d'« éructation ». Si ces méthodes sont inefficaces, arrêtez le moteur, retirez le récipient du socle moteur, et utilisez une spatule en caoutchouc pour chasser la bulle d'air des lames. Replacez le récipient sur le socle moteur, remettez le couvercle et continuez le mélange.
7. En raison de la vitesse de l'appareil, les durées de mélange sont beaucoup plus rapides que les appareils standard. Jusqu'à ce que vous vous soyez familiarisé avec l'appareil, surveillez soigneusement la durée afin d'éviter de trop mélanger.
8. Après avoir éteint l'appareil, attendez jusqu'à ce que les lames soient bien arrêtées avant de retirer le couvercle ou le récipient du socle moteur.

Remarque du cuisinier : Si le moteur s'arrête, suivez les instructions concernant le bouton de réenclenchement/sécurité automatique contre la surcharge de votre appareil et revoyez aussi votre méthode d'utilisation. Vos recettes peuvent : être trop épaisses, être trop chargées en ingrédients ou être mixées trop longtemps à une vitesse trop faible. Utilisez la vitesse RAPIDE (Δ) chaque fois que c'est possible.

Si le moteur semble surchauffer mais que la sécurité automatique contre la surcharge n'a pas éteint l'appareil, arrêtez et retirez le récipient. Sélectionnez VARIABLE 10. Faites tourner l'appareil pendant 1 minute. Ceci refroidit rapidement le moteur.

⚠️ AVERTISSEMENT ! En mélangeant les liquides chauds toujours :

- Faire preuve de prudence; la vapeur qui s'échappe ou les éclaboussures peuvent causer des brûlures.
- Verrouiller le couvercle. Ceci empêchera l'expansion de purger la vapeur lorsque la machine est en marche.
- Commencez à VARIABLE 1, passez rapidement à Variable 10, puis à RAPIDE (Δ).
- NE COMMENCEZ JAMAIS PAR LA VITESSE RAPIDE (Δ) AVEC DES INGRÉDIENTS CHAUDS.

Remarque : En raison de la variation de température de la glace, des formes de glace, de la fermeté des aliments, de la vitesse de mélange, etc., la quantité de glace requise peut légèrement différer des quantités indiquées dans les recettes.

NETTOYAGE ET PRÉPARATION



Fruits et légumes

Laver tous les légumes soigneusement pour en retirer la saleté, les bactéries ou les pesticides qui pourraient se trouver sur la surface. Une goutte de détergent liquide doux dans un évier retirera davantage de pesticides que l'eau seule. Vous pouvez également utiliser l'un des produits spéciaux formulés pour le lavage des fruits et des légumes qui sont actuellement disponibles. S'assurer de rincer soigneusement.

Utiliser une brosse à légumes pour les carottes et autres légumes durs si vous avez l'intention d'en consommer la pelure.

Couper en morceaux le brocoli, le chou-fleur et les autres légumes qui ne présentent pas une surface lisse avant de les laver.

Éliminer les feuilles externes du chou. Pour obtenir de meilleurs résultats, couper le chou en morceaux de 1 1/2 pouce (4 cm). Ceci lui permet de passer à travers les lames.

Si vous le souhaitez, pour faciliter le mixage, coupez le céleri et les carottes en morceaux de 1 à 3 pouces (3 à 8 cm).

Tout comme dans les autres recettes, les bananes, les ananas et les oignons sont toujours pelés.

Laver les fraises juste avant de les ajouter aux ingrédients d'une recette.

JUS FAITS D'ALIMENTS ENTIERS

Voici une autre raison pour laquelle l'appareil Vitamix® est différent de tout autre appareil de préparation culinaire. Pour la préparation des jus, un processus unique à l'appareil VitaMix se met en marche et les parois des cellules des fruits et des légumes entiers sont pulvérisées...libérant ainsi le jus, mais retenant pourtant la fibre entière nutritive de l'aliment. À la différence du jus d'un extracteur de jus, le jus des aliments entiers Vitamix fournit tous les avantages du jus et des fibres, pour rester en bonne santé. Grâce à la puissance de son moteur, à son couple, à ses vitesses, à son récipient et à ses lames, l'appareil Vitamix est conçu de façon à produire un résultat dont vous serez satisfait, car il écrase la fibre entière de l'aliment et la casse en morceaux microscopiques qui sont faciles à digérer. Vous obtenez un jus crémeux plein de fibres si précieuses.

JUS FAIT D'ALIMENTS ENTIERS

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Cocktail du jardin

Préparation : 5 minutes

Durée : 1 minute

Formule : 1 3/4 tasse (420 mL)

1 1/2 tomate moyenne ou 1 tasse (240 mL)
de tomates en boîte

1/2 tasse (15 g) d'épinards frais, lavés

1/2 carotte moyenne

1 cuillerée à soupe d'oignons émincés

1 tige de persil

La moitié d'un petit poivron rouge ou vert

1/8 cuillerée à café de sauce épicée
(facultatif)

1/2 cuillerée à café de sauce Worcestershire
(facultatif)

Une pincée de sel (facultatif)

1 tasse de glaçons (240 mL)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant une minute ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.



simples recettes de jus pour commencer

Jus d'ananas



Préparation : 5 minutes

Durée : 1 minute

Formule : 1 1/2 tasse (360 mL)

2 1/2 tasses (400 g) de gros morceaux d'ananas frais, coeur inclus

1 tasse de glaçons (240 mL)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant une minute ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.

Boisson à la banane, à l'orange et à la carotte



Préparation : 5 minutes

Durée : 1 minute

Formule : 2 tasses (480 mL)

1/2 banane épluchée

1 orange pelée et coupée en deux

1 jeune carotte

1/4 tasse (30 g) de céleri haché

1/2 tasse (120 mL) de jus d'airelles

1 tasse de glaçons (240 mL)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant une minute ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.

MÉLANGER

C'est peut-être l'aspect le plus agréable de votre appareil Vitamix®. La technologie de précision de l'appareil Vitamix permet de réaliser, à n'importe quelle vitesse, les meilleures recettes de mélanges. Que vous prépariez de crémeux smoothies, émulsionniez des sauce salade au goût relevé, fouettiez de délicieuses crèmes, créez des substituts lactés, mélangiez des boissons ou des beurres et des pâtes, l'appareil Vitamix fait tout très facilement. «Le secret se cache dans la gamme de vitesses. Elle vous permet de contrôler les lames et de créer une certaine flexibilité à différentes vitesses de mélange.» Vous pouvez maintenant préparer les aliments d'une manière tout à fait nouvelle et créative. Découvrez des douzaines de recettes que vous aurez plaisir à préparer dans votre livre de cuisine «Recettes d'aliments entiers Vitamix. » Voici juste quelques suggestions pour commencer.

MÉLANGER

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Smoothie aux fruits

Préparation : 5 minutes

Durée : 1 minute

Formule : 2 1/2 tasse (600 mL)

1 tasse (150 g) de raisin noir ou blanc

1 tasse (150 g) de fraises fraîches

1 petite banane épluchée

1 tasse de glaçons (240 mL)

Conseil : Si vous utilisez des fraises congelées, ne pas ajouter de glace.

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant une minute ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.

Remarque : Placer toujours les ingrédients dans le récipient, dans l'ordre indiqué dans la recette : liquides et aliments mous d'abord, puis les ingrédients secs et/ou la glace en dernier. Ce procédé vous fournira les meilleurs résultats, ainsi que des préparations du meilleur goût. L'appareil Vitamix haute performance produira des combinaisons crémeuses mélangées à la perfection.



simples recettes de mélange pour commencer

Margarita aux fruits entiers



Préparation : 7 minutes
Durée : 45 secondes
Formule : 8 tasses (1,9 L)

1 orange moyenne pelée et coupée en deux
1 citron pelé et coupé en deux, sans pépins
1 citron vert pelé et coupé en deux
3/8 tasse (75 g) de sucre
1/4 tasse (60 mL) d'eau
6 oz (180 mL) de tequila
2 oz (60 mL) de Grand Marnier
6 tasses de glaçons (1.4 L)

Remarque : Cette boisson contient de l'alcool. Cette recette peut être adaptée à des quantités plus petites.

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant 45 sec. en utilisant le poussoir pour pousser les ingrédients vers les lames.
5. Servir immédiatement dans des verres bordés de sel.

Lait de riz



Préparation : 5 minutes
Durée : 2-3 minutes
Formule : 2 tasses (480 mL)

1/2 tasse (100 g) de riz brun, cuit
2 tasses (480 mL) d'eau
1/2 à 1 cuillerée à soupe (15 g) de sucre brun ou tout autre édulcorant selon le goût (facultatif)

Remarque : Ajouter 1/2 cuillerée à café de vanille, si on le désire.

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant 2 à 3 minutes ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.
5. Mettre au réfrigérateur. Bien secouer avant utilisation.

simples recettes de mélange pour commencer

Capuccino glacé



Variante : Pour une variante non lactée, utiliser du lait de soja au lieu du lait écrémé.

Préparation : 5 minutes

Durée : 30 secondes

Formule : 1 1/4 tasse (300 mL)

1 tasse (240 mL) de lait écrémé

1 cuillerée à soupe de morceaux de chocolat blanc

2 cuillerées à café de café soluble

1 cuillerée à café d'extrait de vanille

Sucre selon le goût (facultatif)

1/2 tasse de glaçons (120 mL)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant 30 secondes ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.

Hummus



Préparation : 5 minutes

Durée : 1 minute

Formule : 3 3/4 tasse (900 mL)

2 boîtes de 15 onces (425 mL) de pois chiches, l'une sans eau, l'une avec eau

1/4 tasse (35 g) de graines de sésame crues

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive

1/4 tasse (60 mL) de jus de citron

1 gousse d'ail pelée

1 cuillerée à café de cumin

Sel selon le goût

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mélanger pendant 1 minute en utilisant le poussoir pour pousser les ingrédients vers les lames.
5. Saler selon le goût.

HACHAGE À SEC

Voici un autre aspect difficile qui est rendu si facile avec l'appareil Vitamix®. Le hachage à sec est utilisé pour les ingrédients tels que les carottes, les olives, les noix, les noix de coco, les oignons, les oeufs et le fromage. Avec l'appareil Vitamix, ces tâches sont rapides, faciles et nécessitent peu de nettoyage. Pour de meilleurs résultats, couper seulement une tasse à la fois. Vous décidez de l'aspect des ingrédients coupés, épais ou fins, en réglant simplement la gamme de vitesses. Plus la vitesse est rapide, plus les ingrédients sont fins. Souvenez-vous, ce sont le broyeur à marteau et les lames qui font tout le travail, pour que vous n'ayez pas à le faire. Vous pouvez même combiner quelques ingrédients utilisés dans la même recette et gagner encore plus de temps.

HACHAGE À SEC

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Émincer les oignons et les œufs

1. Verrouiller le couvercle sur le récipient Vitamix et enlever le bouchon du couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 3.
3. Mettre l'appareil en marche et insérer les œufs durs ou l'oignon coupé en quatre par l'ouverture du bouchon du couvercle. Continuer à mélanger jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée. Émincer de petits volumes pour obtenir de meilleurs résultats.



simples recettes de hachage à sec pour commencer

Râper le fromage



1. Couper le fromage froid en morceaux de 1 1/2 pouce (4 cm). Mesurer une tasse (130 g).
2. Verrouiller le couvercle sur le récipient Vitamix et enlever le bouchon du couvercle.
3. Sélectionnez la vitesse Variable 5 ou 6.
4. Mettre la machine en marche et insérer les morceaux de fromage froid par l'ouverture dans le couvercle. Continuer à mélanger jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée. Augmenter la vitesse jusqu'à ce que le fromage soit râpé à votre convenance.
5. Retirer le fromage râpé en renversant le récipient et en le tapant doucement sur une planche à découper ou sur une surface plate.

Hacher les carottes



1. Verrouiller le couvercle sur le récipient Vitamix et enlever le bouchon du couvercle.
2. Couper 3 carottes en morceaux de 1 à 2 pouces (2,5 à 5 cm) ou utiliser de jeunes carottes.
3. Sélectionner la vitesse Variable 5 ou 6.
4. Mettre l'appareil en marche et insérer un morceau de carotte à la fois par l'ouverture dans le couvercle jusqu'à ce qu'il soit haché
5. Retirer les carottes hachées en renversant le récipient et en le tapant doucement sur une planche à découper ou sur une surface plate.

HACHAGE AVEC LIQUIDES

La différence entre le hachage avec liquides et le hachage à sec est que cette méthode utilise de l'eau ou un liquide différent pour déplacer les ingrédients qui sont hachés. L'eau entraîne les ingrédients dans les lames, ce qui donne un hachage uniforme. C'est la vitesse sélectionnée sur la gamme de vitesses qui détermine le type de hachage, épais ou fin. Avec le hachage avec liquides, vous pouvez facilement préparer des légumes pour les potages, les salades, les stir-fry, les accompagnements et le coleslaw. Le hachage avec liquides est également la préparation de choix pour tous les légumes crus où un hachage uniforme est nécessaire (par exemple, la salsa). Cependant, lorsque l'on hache des ingrédients humides pour la salsa, l'humidité libérée par les légumes permet aux légumes de circuler dans les lames, aucun liquide supplémentaire n'est donc nécessaire. Ne jetez pas les liquides utilisés lors des mélanges. Conservez-les et utilisez-les dans des sauces et des soupes !

HACHAGE AVEC LIQUIDES

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Hacher le chou

1. Couper le chou (vert, rouge ou les deux) en morceaux de 1 1/2 pouce (4 cm) et les mettre dans le récipient Vitamix. Couvrir avec assez d'eau pour que le chou flotte au-dessus des lames.
2. Verrouiller le couvercle.
3. Sélectionner RAPIDE. Faire tourner l'appareil pendant 1 seconde et l'arrêter. Au besoin, le répéter encore deux à trois fois. Ne pas faire tourner trop longtemps.
4. Passer le chou à la passoire, puis dans un saladier.



simples recettes de hachage avec liquides pour commencer

Piler la glace



C'est facile, ne requiert aucun effort particulier et le travail est fait en trois secondes ! Videz l'eau et vous serez surpris de la façon uniforme dont la glace est pilée. Utilisez-le pour servir des boissons parfaites aux réceptions, avec des sirops aromatisés pour le dessert des enfants ou comme moyen de conserver au frais les aliments pour piques-niques.

1. Remplir le récipient Vitamix avec des glaçons. Ajouter de l'eau jusqu'à ce que la glace flotte au-dessus des lames. (N'utiliser autre chose que de l'eau pour piler la glace.)
2. Verrouiller le couvercle.
3. Sélectionner RAPIDE. Mettre l'appareil en marche pendant 3 secondes.
4. Vider l'eau et utiliser immédiatement.

Salsa Mexicano



Préparation : 5 minutes

Durée : 3 à 5 secondes

Formule : 2 tasses (480 mL)

2 grandes tomates fraîches, coupées en quatre

4 onces (100 g) de poivrons jalapeño

4 onces (100 g) de piments verts doux en boîte

2 cuillerées à soupe (30 mL) de concentré de tomates

1/2 tasse (10 g) de coriandre fraîche

1/2 cuillerée à café de sel (facultatif)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse à Variable 4 ou 5.
4. Mélanger pendant 3 à 3 secondes ou jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée. Utiliser le poussoir afin de pousser les ingrédients vers les lames pendant l'utilisation. Ne pas faire tourner trop longtemps. Vous pouvez ajouter du maïs ou des haricots noirs avant de servir, pour varier le goût de manière intéressante.

simples recettes de hachage avec liquides pour commencer

Sauce Marinara



Préparation : 10 minutes

Durée : 30 secondes

Formule : 4 tasses (960 mL)

1 carotte moyenne coupée en deux

1 cuillerée à soupe d'huile d'olive
(facultatif)

3 gousses d'ail pelées

2 petits oignons, pelés et coupés
en quatre

2 livres (910 g) de tomates fraîches,
pelées et coupées en quatre

1/2 cuillerée à café d'origan séché
et écrasé

1 cuillerée à café de basilic séché
et écrasé

1/4 cuillerée à café de poivre noir

1 feuille de laurier

Assaisonnement supplémentaire
selon le goût

1. Placer tous les ingrédients, Sauf la feuille de laurier, dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mixer pendant 30 secondes.
5. Placer dans une casserole, ajouter la feuille de laurier et laisser mijoter à feu doux pendant 30 minutes, en remuant de temps en temps.
6. Servir avec du poisson, du poulet grillé ou n'importe quel type de pâtes.

Dés de pommes de terre rissolées



Préparation : 10 minutes

Durée : 10 secondes

Formule : 4 tasses (960 mL)

5 pommes de terre moyennes,
coupées en gros morceaux de
1 1/2 pouce

Assez d'eau pour couvrir

*Remarque : Cette recette peut
être adaptée à des quantités
plus petites.*

1. Placer les pommes de terre dans le récipient Vitamix et remplir jusqu'au niveau de 6 tasses (1,4 L). Ajouter de l'eau jusqu'au niveau de 8 tasses (1,9 L) et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionnez la vitesse Variable 5 ou 6.
3. Une vitesse plus réduite produit un hachage plus épais. Faites tourner pendant 10 secondes, en utilisant le poussoir si nécessaire.
4. Vider toute l'eau. Rincer l'amidon excessif sous l'eau courante froide. Presser pour évacuer l'eau et faire frire dans de l'huile chaude jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

PRÉPARATION DE DESSERTS GLACÉS

Le dessert le plus étonnant que vous préparerez dans votre appareil Vitamix® est un délicieux dessert glacé. Et ce qui est bien plus étonnant encore est que vous le préparerez en moins d'une minute ! Le vrai secret, ce sont le broyeur à marteau et les lames haute performance qui écrasent et coupent les ingrédients glacés en quelques secondes. L'action des lames produit une surface congelée plus grande qui libère le froid. L'appareil Vitamix tourne si vite que tout arrive en 30 secondes. Ainsi le mélange n'a pas le temps de fondre. En fait, il se regèle immédiatement et crée un lisse et délicieux dessert glacé.

PRÉPARATION DE DESSERTS GLACÉS

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Yaourt glacé à la fraise

Préparation : 5 minutes

Durée : 30 à 60 secondes

Formule : 3 tasses (720 mL)

1 tasse (245 g) de yaourt sans matières grasses (nature, vanille ou fraise)

1 livre (454 g) de fraises congelées non sucrées

1/3 tasse (65 g) de sucre ou tout autre édulcorant, selon le goût

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Utiliser le poussoir afin de pousser les ingrédients vers les lames pendant l'utilisation.
5. Au bout de 30 à 60 secondes environ, le bruit du moteur change et quatre monticules se forment dans le mélange.
6. Arrêter l'appareil. Ne pas laisser tourner le mélange trop longtemps car il pourrait fondre. Servir immédiatement.

Remarque : Si vous utilisez du yaourt aromatisé, ne sucrez pas.



simples recettes de desserts glacés pour commencer

Glace à la pêche



Préparation : 5 minutes
Durée : 30 à 60 secondes
Formule : 3 tasses (720 mL)

**1 tasse (240 mL) de lait
 écrémé**

**1 livre (454 g) de pêches con-
 gelées non sucrées**

**1/4 tasse (50 g) de sucre ou
 tout autre édulcorant, selon le
 goût**

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Utiliser le poussoir afin de pousser les ingrédients vers les lames.
5. Au bout de 30 à 60 secondes environ, le bruit du moteur change et quatre monticules se forment.
6. Arrêter l'appareil. Ne pas laisser tourner le mélange trop longtemps car il pourrait fondre. Servir immédiatement.

Sorbet à l'orange



Préparation : 5 minutes
Durée : 30 à 60 secondes
Formule : 5 tasses (1,2 L)

**2 oranges pelées et coupées
 en deux**

**2 cuillerées à soupe (30 g)
 de sucre ou de tout autre
 édulcorant, selon le goût**

4 tasses de glaçons (960 mL)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Utiliser le poussoir afin de pousser les ingrédients vers les lames.
5. Au bout de 30 à 60 secondes environ, le bruit du moteur change et quatre monticules se forment.
6. Arrêter l'appareil. Ne pas laisser tourner le mélange trop longtemps car il pourrait fondre. Servir immédiatement.

Remarque : Cette recette peut être adaptée à des quantités plus petites.

CUISINE

C'est de la science toute simple—et c'est simplement étonnant avec Vitamix® ! Cuisiner avec l'appareil Vitamix commence avec des produits frais et entiers, et en quatre à six minutes, vous obtiendrez un potage frais et chaud complet avec tous les aliments. Les lames de Vitamix tournent si rapidement qu'elles produisent un frottement suffisamment élevé pour générer une chaleur de cuisson. Placez simplement les ingrédients identifiés dans la recette, appuyez sur le commutateur et vous créez un potage aux légumes délicieux et entiers, sans avoir à peler, ni à enlever les graines ! L'appareil Vitamix ne s'arrête pas aux potages ! Vous préparerez des sauces et des flans sans grumeaux presque sans effort. Les fruits frais, en conserve ou congelés peuvent se transformer en délicieux sirops de fruits à utiliser sur les glaces, les crêpes ou les gaufres.

CUISINE

► ÉTAPE PAR ÉTAPE

Potage aux épinards, aux pommes de terre et au poulet

Préparation : 5 minutes

Durée : 4-5 minutes

Formule : 4 tasses (960 mL)

1 tasse (240 mL) de bouillon de poulet, boeuf ou légumes sans sel

1 1/2 tasse (360 mL) de lait écrémé

1/2 petit oignon pelé

3 pommes de terre moyennes, cuites au four ou bouillies, avec la pelure (réserver une pomme de terre), coupées en deux

1/8 de cuillerée à café de romarin séché

1 cuillerée à soupe (10 g) d'épinards, cuits ou congelés

5 onces (140 g) de blanc de poulet cuit, découpé, désossé et émincé

Sel selon le goût

1. Placer le bouillon, le lait, l'oignon, les deux pommes de terre et le romarin dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Faire tourner pendant 4 à 5 minutes ou jusqu'à ce qu'il y ait de la vapeur chaude. Réduire la vitesse à la vitesse Variable 3.
5. Retirer le bouchon du couvercle, ajouter les épinards et la pomme de terre restante. Faire tourner jusqu'à ce que la pomme de terre soit hachée, pendant environ 15 secondes. Ajouter le poulet et faire tourner pendant encore 5 secondes. Servir immédiatement.

Remarque : Faire attention en manipulant les liquides chauds ! La vapeur ou les éclaboussures qui s'échappent peuvent causer des brûlures. Verrouiller toujours le bouchon du couvercle sur le couvercle et le couvercle sur le récipient.



simples recettes de cuisine pour commencer

Sauce Pesto



Préparation : 5 minutes
Durée : 1 minute
Formule : 1 1/2 tasse (360 mL)

1/2 tasse (120 mL) d'huile d'olive
1/2 tasse (50 g) de parmesan râpé
3 gousses d'ail moyennes pelées
2 tasses (80 g) de feuilles fraîches de basilic
3 cuillerées à soupe (25 g) de pignons
Sel et poivre, selon le goût

1. Placer tous les ingrédients, sauf le sel et le poivre, dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à la vitesse Variable 7.
4. Mélanger pendant 1 minute en utilisant le poussoir pour pousser les ingrédients vers les lames.

Remarque : La recette suffit pour accompagner 1 livre (454 g) de pâtes.

Sauce aux cinq épices aux mûres



Préparation : 5 minutes
Durée : 5-6 minutes
Formule : 2 1/2 tasse (600 mL)

1/4 tasse (60 mL) de vinaigre de cidre
3 tasses (430 g) de mûres fraîches ou congelées
1/2 cuillerée à café de cannelle moulue
1 cuillerée à café de poudre chinoise aux cinq épices
6 grains de poivre noir
1/4 tasse (50 g) de sucre
1/2 tasse (120 mL) d'huile d'olive

Remarque : Recommandé pour le filet de porc, le canard ou le poulet grillé.

1. Placer tous les ingrédients, sauf l'huile d'olive, dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis Rapide.
4. Mélanger pendant 5 à 6 minutes ou jusqu'à ce que de la vapeur s'échappe du couvercle à évent.
5. Réduire la vitesse à Variable 5 et enlever le bouchon du couvercle.
6. Verser l'huile par l'ouverture du bouchon du couvercle. Mélanger pendant encore 20 secondes.

BROYAGE DANS LE RÉCIPIENT À LAMES AVEC LIQUIDES

Notre récipient à lames avec liquides est le mieux adapté pour hacher les aliments qui contiennent de l'humidité, comme les noix et la viande. Les lames avec liquides attirent le mélange vers le fond et dans le mélangeur pour une utilisation appropriée et le broyeur à marteau et les lames adaptés font tout le travail pour vous. Les viandes crues ou cuites et les beurres de noix sont les mieux préparés avec les lames avec liquides qui peuvent être utilisées dans beaucoup de délicieuses recettes.

BROYAGE DANS LE RÉCIPIENT À LAMES AVEC LIQUIDES

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Beurre de cacahuètes

Préparation : 2 minutes

Durée : 1-2 minutes

Formule : 1 3/4 tasse (420 g)

3 tasses (440 g) de cacahuètes grillées, non salées

ATTENTION ! Trop mélanger peut causer une dangereuse surchauffe de votre appareil ! Ne mélangez pas pendant plus d'une minute après que le mélange commence à circuler.

1. Placer les cacahuètes dans le récipient et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE. En utilisant le poussoir pousser les ingrédients vers les lames.
4. Au bout d'une minute, vous entendrez un ronflement aigu. Lorsque le beurre commence à circuler librement à travers les lames, le bruit du moteur se transforme. Arrêter l'appareil.
5. Conserver dans un récipient hermétique ou congeler pour une conservation plus longue.



broyage dans le récipient à lame avec liquides

Viandes cuites ou crues



Remarque : *Soyez sûr de suivre les procédures de manipulation de sécurité en transformant les viandes crues. La viande crue est parfaite pour faire des galettes, des boulettes de viande ou des pains de viande. La viande cuite peut être utilisée dans les salades ou rajoutée aux soupes.*

1. Préparer la viande pour le mélange.
 - a. Cuite : coupée en cubes de 2 pouces (5 cm)
 - b. Crue : partiellement congelée, coupée en cubes de 1 pouce (5 cm)
2. Enlever le bouchon du couvercle et sélectionner la vitesse Variable 4.
3. Mettre l'appareil en marche et insérer la viande par l'ouverture du bouchon du couvercle pendant que l'appareil tourne. Hacher de petits volumes (une tasse) pour obtenir de meilleurs résultats.
4. Augmenter la vitesse à Variable 6 et continuer le mixage jusqu'à la consistance souhaitée.

Hacher de petits volumes (une tasse - 240 g) pour obtenir de meilleurs résultats.

BROYAGE DANS LE RÉCIPIENT À LAMES À SEC

On peut acheter séparément un récipient à lames à sec particulièrement conçu pour moudre le blé et les grains entiers, le riz et le café. On peut effectuer cette préparation avec le récipient à lames avec liquides, mais le récipient à lames à sec effectuera ces processus de façon plus efficace, et il est donc recommandé. En une minute à peine, vous obtiendrez des farines fraîchement moulues grâce à votre nouvel appareil Vitamix. Le récipient avec les lames marquées "D" est utilisé pour moudre les grains entiers en farines. Prendre les grains entiers de blé, tels que le rouge dur, le blanc doux d'hiver ou le Doré 86 et les transformer en merveilleux pains frais, petits pains et céréales chaudes. Même les haricots, le riz et le tapioca sont facilement moulus pour fabriquer la farine utilisée dans les recettes sans gluten. Moudre vos propres grains vous fera bénéficier de tous les avantages alimentaires du pain fait maison, sans préservateurs.

Remarque : Les informations sur le hachage des herbes fines se trouve dans le Livre de cuisine sur les grains entiers accompagnant le récipient à lame à sec.

BROYAGE DANS LE RÉCIPIENT À LAMES À SEC

► ÉTAPE PAR ÉTAPE

Moulez votre propre café

1. Placer 2 tasses (400 g) de grains de café dans le récipient Vitamix et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 3.
3. Mettre l'appareil en marche et le laisser tourner pendant 10-15 secondes. Plus vous moulez les grains, plus la moulure est fine et plus fort est votre café !



broyage dans le récipient à lame à sec

Préparez votre sucre glace avec votre propre sucre



1. Placer 2 tasses (400 g) de sucre dans le récipient Vitamix et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
4. Mixer pendant 30 secondes. Laisser la poudre reposer sur le fond avant de retirer le couvercle.

Écraser les grains entiers pour les céréales



1. Placer 2 tasses (400 g) maximum de grains entiers dans le récipient Vitamix et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.
3. Mettre l'appareil en marche et augmenter graduellement la vitesse jusqu'à Variable 7 ou 8.
4. Mouler jusqu' au degré désiré de finesse. Plus l'appareil tourne, plus la céréale est de consistance fine, jusqu' au point où elle devient réellement de la farine.

broyage dans le récipient à lame à sec

Farine de blé entier



Durée : 1 minute

Formule : 2 tasses (240 g)

1 3/4 tasse (350 g) de grains de blé entier

1 cuillerée à café de sel (facultatif)

1. Placer tous les ingrédients dans le récipient Vitamix dans l'ordre indiqué et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.

3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 10, puis RAPIDE.
5. Moudre pendant 1 minute.

Remarque : Pour obtenir les meilleurs résultats, ranger les grains dans le congélateur. Moudre des grains congelés pour éviter la surchauffe. Ne pas moudre plus de 2 tasses (400 g) à la fois.

Préparer de la chapelure



Préparation : 1 minute

Durée : 10 secondes

Formule : 1 tasse (120 g)

1. Faire une boule serrée de 3 tranches de pain. Placer dans le récipient et verrouiller le couvercle.
2. Sélectionner la vitesse Variable 1.

3. Mettre l'appareil en marche et augmenter rapidement la vitesse jusqu'à Variable 8.
4. Faire tourner pendant 10 secondes.

Broyage dans le récipient à lame à sec

Moudre les grains et fabriquer la pâte à pain avec l'appareil Vitamix est amusant et facile.

Le chapitre précédent a expliqué la façon de moudre les grains avec le récipient à lame à sec.

La section suivante expliquera à quel point il est facile est de pétrir la pâte...exactement dans le même récipient !



PÉTRISSAGE

Commencer par les grains entiers frais—bourrés de nutriments— et les transformer en un pain santé fait maison, tout cela en une seule opération et facilement. Oui, l'appareil Vitamix® Vita-Mix moule le grain et pétrit même la pâte, vous n'aurez même jamais à toucher la pâte. La plupart des recettes peuvent être préparées, presque sans effort, dans le récipient à lames à sec. La fabrication du pain est si rapide et si facile, du début à la fin, que vous pourrez préparer tous les jours un pain frais, sans conservateurs. Le pain Vitamix est supérieur au pain blanc produit commercialement par un grand nombre d'aspects..., davantage de fibre plus diététique, davantage de vitamines, avec le goût fabuleux, frais, du pain fait maison cuit au four !

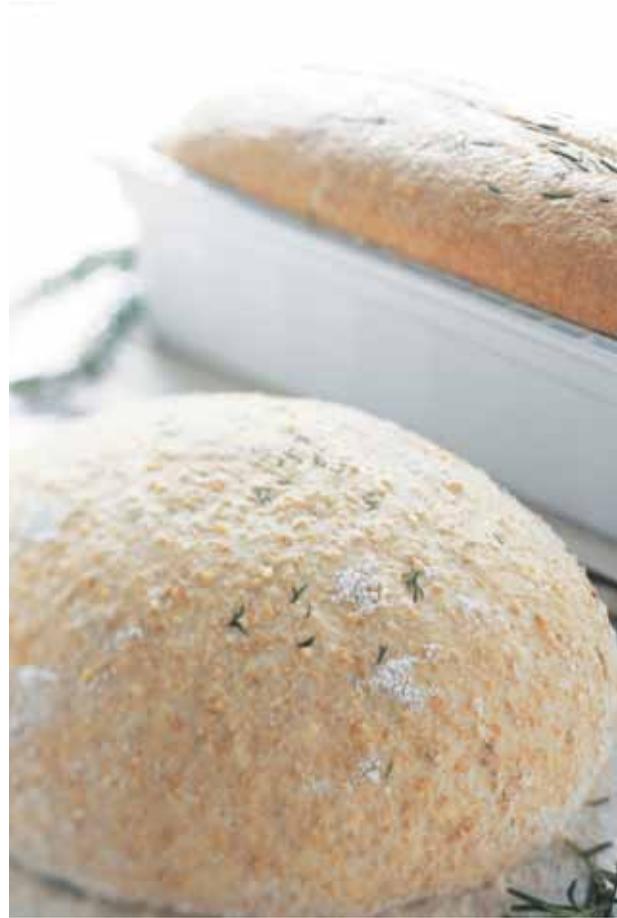
PÉTRISSAGE

▶ ÉTAPE PAR ÉTAPE

Pain complet

1. Mesurer et préparer l'eau, la levure et le miel.
 - a. Mesurer 1 1/4 tasse (300 mL) d'eau.
 - b. Ajouter 1 cuillère à soupe de levure et 1 cuillère à soupe de miel à l'eau.
 - c. Mélanger et mettre de côté pendant 3 à 5 minutes.
2. Ajouter l'eau, la levure, le miel (et l'huile et le jus de citron, si on le désire) à 2 1/2 tasses (300 g) de farine complète.
 - a. Retirer le couvercle en 2 parties. En regardant dans le récipient, vous remarquerez un trou au centre de la farine (2a).
 - b. Verser le mélange d'eau, de levure et de miel directement dans le trou dans la farine (2b).
 - c. Ajouter 1 cuillerée à soupe d'huile et 1 cuillerée à café de jus de citron (facultatif) (2c).

Remarque : Si vous utilisez de la farine de blé entier, la placer dans le récipient, verrouiller le couvercle en 2 parties et mettre l'appareil en marche sur Rapide pendant 1 seconde. Ceci créera un trou dans la farine. Continuer la recette (comme elle est indiquée dans 2b).



une simple recette de pétrissage pour commencer

3. Mélanger la pâte.
 - a. Verrouiller le couvercle.
 - b. Mettre l'appareil sur rapide et mélanger pendant 1 seconde.
4. Pétrir la pâte.
 - a. Avec l'appareil à l'arrêt, enlever le couvercle. Utiliser une spatule en caoutchouc humide pour râcler la pâte des parois du récipient, en la tirant vers le centre du mélange. Retirer la spatule.
 - b. Avec le commutateur sur rapide, allumer et éteindre l'appareil rapidement, 5 fois de suite.
 - c. Répéter les étapes 4a et 4b jusqu'à ce que la pâte se lie en un mélange élastique mou. La pâte formera une boule au-dessus des lames.
5. Retirer la pâte, la laisser lever et faire cuire.
 - a. Renverser le récipient sur le moule préparé. Faire tourner les lames à la main, en tournant la petite vitesse sous le récipient, permettant à la pâte de tomber dans le moule.
 - b. Utiliser une spatule humide pour retirer tout le reste de la pâte.
 - c. Avec la spatule humide, donner une forme au pain, en pressant la pâte de façon uniforme dans un moule à pain légèrement graissé (8 1/2" x 4 1/2" ; 21,25 cm x 11,25 cm)
 - d. Laisser lever la pâte dans un endroit chaud pendant 15 à 20 minutes, jusqu'à ce qu'elle atteigne le haut du moule.
 - e. Préchauffer le four à 350 °F (180 °C).
 - f. Faire cuire au four pendant 35 à 40 minutes. Placer le pain sur une grille pour le laisser refroidir.



