

Tieksme pēc ātruma

Sulas spiešanas ātruma izvēles vadlīnijas



Sage

Ātruma izvēle

Dažiem pārtikas produktiem, spiežot sulu, ir nepieciešams īpašs ātrums, lai nodrošinātu maksimāli garšīgu uzturvielu iegūvi.



Citrusaugļi



Selerija



Gurķis



Brokolis



Kabacis



Bumbieris



Kivi



Ābols



Zaļumi



Vinogas



Melone



Biete



Kāposts



Tomāts



Zemenes



Persiks



Rabarbers



Arbūzs



Burkāns



Ingvers



Mango



Patisons



Mellenes



Ananāss



Paprika



the Nutri Juicer® Cold XL

Sage





Zaļais možums



the Nutri Juicer® Cold XL


Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage

Zaļais možums



Saldais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

¼ mazā zaļā kāposta (sagriezta)
3 biešu lapas
2 glāzes zaļo vīnogu
1 kivi (nomizots)
2 apelsīni (nomizoti)
1.5cm ingvera gabaliņš

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

½ mazā zaļā kāposta (sagriezta)
12 biešu lapas
8 glāzes zaļo vīnogu
4 kivi (nomizoti)
8 apelsīni (nomizoti)
5cm ingvera gabaliņš

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

¼ mazā zaļā kāposta (sagriezta)
6 biešu lapas
½ glāzes zaļo vīnogu
1 kivi (nomizots)
¼ apelsīna (nomizota)
2.5cm ingvera gabaliņš

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

1 mazā zaļā kāposta (sagriezta)
24 biešu lapas
2 glāzes zaļo vīnogu
4 kivi (nomizoti)
1 apelsīns (nomizots)
10cm ingvera gabaliņš

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	84	Vitamīns A	138 µg
Tauki kopā	0,2 g	Vitamīns C	51 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	39 mg
Nātrijs	54 mg	Dzelzs	0,9 mg
Ogļhidrāti	17 g	Magnijs	37 mg
Šķiedrvielas	0,7 g	Kālijs	438 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,4 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	85	Vitamīns A	520 µg
Tauki kopā	0,4 g	Vitamīns C	102 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	91 mg
Nātrijs	197 mg	Dzelzs	2 mg
Ogļhidrāti	14 g	Magnijs	94 mg
Šķiedrvielas	1 g	Kālijs	787 mg
Olbaltumvielas	4 g	Cinks	0,7 mg

Informācijai ir aptuvenš raksturs, tā var mainīties atkarībā no sezonas, svaiguma un patērētā produkcijas daudzuma.



Labrīt, saulstariņ!



the Nutri Juicer® Cold XL


Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage

Labrīt, saulstariņ!



Saldais


 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

1 dzeltena paprika,
bez kāta un sēklām
4 dzelteni patisoni
¼ liela ananāsa (nomizota un sagriezta)

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

4 dzeltenas paprikas,
bez kātiem un sēklām
16 dzelteni patisoni
1 liels ananāss (nomizots un sagriezts)

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

2 dzeltenas paprikas, bez kātiem un sēklām
4 dzelteni patisoni
¼ liela ananāsa (nomizota un sagriezta)
½ selerijas kāta, bez lapām
1 burkāns

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

8 dzeltenas paprikas, bez kātiem un sēklām
16 dzelteni patisoni
½ liela ananāsa (nomizota un sagriezta)
2 selerijas kāti, bez lapām
4 burkāni

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	64	Vitamīns A	104 µg
Tauki kopā	0,3 g	Vitamīns C	83 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	10 mg
Nātrijs	2 mg	Dzelzs	0,4 mg
Ogļhidrāti	13 g	Magnijs	16 mg
Šķiedrvielas	0,2 g	Kālijs	267 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,1 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	85	Vitamīns A	796 µg
Tauki kopā	0,4 g	Vitamīns C	120 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	33 mg
Nātrijs	48 mg	Dzelzs	0,7 mg
Ogļhidrāti	12 g	Magnijs	21 mg
Šķiedrvielas	0,4 g	Kālijs	437 mg
Olbaltumvielas	3 g	Cinks	0,4 mg

Informācijai ir aptuvenš raksturs, tā var mainīties atkarībā no sezonas, svaiguma un patērētā produkcijas daudzuma.



Oranžais prieks



the Nutri Juicer® Cold XL


Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage

Oranžais prieks



Saldais


 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

3 burkāni
1 dzeltena vai oranža paprika,
bez kāta un sēklām
1 selerijas kāts, bez lapām
1 apelsīns (nomizots)
1.5cm ingvera gabaliņš

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

12 burkāni
4 dzeltenas vai oranžas paprikas,
bez kātiem un sēklām
4 selerijas kāti, bez lapām
4 apelsīni (nomizoti)
5cm ingvera gabaliņš

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

2 burkāni
2 dzeltenas vai oranžas paprikas,
bez kātiem un sēklām
1 selerijas kāts, bez lapām
½ apelsīna (nomizota)
2.5cm ingvera gabaliņš

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

8 burkāni
8 dzeltenas vai oranžas paprikas,
bez kātiem un sēklām
4 selerijas kāti, bez lapām
2 apelsīni (nomizoti)
10cm ingvera gabaliņš

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	66	Vitamīns A	1643 µg
Tauki kopā	0,3 g	Vitamīns C	111 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	57 mg
Nātrijs	90 mg	Dzelzs	0,7 mg
Ogļhidrāti	12 g	Magnijs	24 mg
Šķiedrvielas	0,4 g	Kālijs	540 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,6 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	59	Vitamīns A	1461 µg
Tauki kopā	0,3 g	Vitamīns C	157 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	46 mg
Nātrijs	71 mg	Dzelzs	0,7 mg
Ogļhidrāti	10 g	Magnijs	20 mg
Šķiedrvielas	0,5 g	Kālijs	491 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,5 mg



Svaigs kā gurķis



the Nutri Juicer® Cold XL

Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage

Svaigs kā gurķis



Saldais


 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

2 gurķi
2 zaļi āboli
3 lieli piparmētru zariņi
60g mazo spinātu lapas
¼ citrona (nomizota)

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

8 gurķi
8 zaļi āboli
12 lieli piparmētru zariņi
225g mazo spinātu lapas
1 citrons (nomizots)

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

4 gurķi
1 zaļš ābols
4 lieli piparmētru zariņi
120g mazo spinātu lapas
¼ citrona (nomizota)

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

16 gurķi
4 zaļi āboli
16 lieli piparmētru zariņi
450g mazo spinātu lapas
1 citrons (nomizots)

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	54	Vitamīns A	61 µg
Tauki kopā	0,2 g	Vitamīns C	27 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	90 mg
Nātrijs	34 m	Dzelzs	0,8 mg
Ogļhidrāti	12 g	Magnijs	26 mg
Šķiedrvielas	0,5 g	Kālijs	286 m
Olbaltumvielas	0,9 g	Cinks	0,4 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	40	Vitamīns A	122 µg
Tauki kopā	0,3 g	Vitamīns C	37 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	124 mg
Nātrijs	41 mg	Dzelzs	1 mg
Ogļhidrāti	7 g	Magnijs	37 mg
Šķiedrvielas	0,5 g	Kālijs	348 mg
Olbaltumvielas	1 g	Cinks	0,6 mg



Biešu blūzs



the Nutri Juicer® Cold XL


Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage®

Biešu blūzs



Saldais


 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

1 ¼ glāzes melleņu
1 biete
1 kabaci
2 bumbieri

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

5 glāzes melleņu
4 bietes
4 kabači
8 bumbieri

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

¾ glāzes melleņu
2 bietes
3 kabači

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

2 ¾ glāzes melleņu
8 bietes
12 kabači

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	79	Vitamīns A	20 µg
Tauki kopā	0,1 g	Vitamīns C	14 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	14 mg
Nātrijs	26 mg	Dzelzs	0,5 mg
Ogļhidrāti	17 g	Magnijs	20 mg
Šķiedrvielas	0,5 g	Kālijs	285 mg
Olbaltumvielas	1 g	Cinks	0,4 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	63	Vitamīns A	53 µg
Tauki kopā	0,4 g	Vitamīns C	30 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	24 mg
Nātrijs	38 mg	Dzelzs	1 mg
Ogļhidrāti	11 g	Magnijs	36 mg
Šķiedrvielas	0,8 g	Kālijs	413 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,9 mg

Informācijai ir aptuvenš raksturs, tā var mainīties atkarībā no sezonas, svaiguma un patērētā produkcijas daudzuma.



Ievārījuma burciņa



the Nutri Juicer® Cold XL


Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage®

Ievārījuma burciņa



Saldais


 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

2 rabarberu kāti*
(bez lapām, tās nav izmantojamas uzturā)
1 kabači (nomizoti)
1 glāze zemeņu (notīrītas)
2 sarkani āboli

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

8 rabarberu kāti*
(bez lapām, tās nav izmantojamas uzturā)
4 kabači (nomizoti)
4 glāzes zemeņu (notīrītas)
8 sarkani āboli

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

2 rabarberu kāti*
(bez lapām, tās nav izmantojamas uzturā)
2 kabači (nomizoti)
1 gurķis (nomizots)
1 sarkani ābols

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

8 rabarberu kāti*
(bez lapām, tās nav izmantojamas uzturā)
8 kabači (nomizoti)
4 gurķi (nomizoti)
4 sarkani āboli

* Rabarbera kāta sarkanā daļa ir lietojama uzturā, nogrieziet sakni un lapas pirms izmantošanas.
Vienmēr nogrieziet un atbrīvojieties no lapām, tās satur skābeņskābi un var būt toksiskas.

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	67	Vitamīns A	27 µg
Tauki kopā	0,3 g	Vitamīns C	34 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	32 mg
Nātrijs	18 mg	Dzelzs	0,7 mg
Ogļhidrāti	13 g	Magnijs	21 mg
Šķiedrvielas	0,5 g	Kālijs	315 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,4 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	52	Vitamīns A	49 µg
Tauki kopā	0,4 g	Vitamīns C	25 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	39 mg
Nātrijs	13 mg	Dzelzs	0,7 mg
Ogļhidrāti	8 g	Magnijs	28 mg
Šķiedrvielas	0,5 g	Kālijs	360 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,5 mg

Informācijai ir aptuvenš raksturs, tā var mainīties atkarībā no sezonas, svaiguma un patērētā produkcijas daudzuma.



Lillā dūmaka



the Nutri Juicer® Cold XL


Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage

Lillā dūmaka



Saldais


 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

- 2 mazas bietītes
- 2 lillā lapu kāposti (keils)
- 2 glāzes melno vīnogu bez kauliņiem
- 1 ½ zaļa ābola

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

- 8 mazas bietītes
- 8 lillā lapu kāposti (keils)
- 8 glāzes melno vīnogu bez kauliņiem
- 6 zaļi āboli

Veselīgais

 Daudzums: 2 glāzes (500ml)

- 3 mazas bietītes
- 4 lillā lapu kāposti (keils)
- ¼ glāzes melno vīnogu bez kauliņiem
- 1 gurķis
- ¼ maza sarkana kāposta

 Daudzums: 1 krūze (2 litri)

- 12 mazas bietītes
- 16 lillā lapu kāposti (keils)
- 3 glāzes melno vīnogu bez kauliņiem
- 4 gurķi
- 1 maza sarkana kāposta

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	120	Vitamīns A	13 µg
Tauki kopā	0,2 g	Vitamīns C	13 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	22 mg
Nātrijs	21 mg	Dzelzs	0,5 mg
Ogļhidrāti	25 g	Magnijs	21 mg
Šķiedrvielas	0,8 g	Kālijs	352 mg
Olbaltumvielas	2 g	Cinks	0,3 mg

Uzturvielu informācija 1 glāze (250ml)

Kalorijas	76	Vitamīns A	14 µg
Tauki kopā	0,3 g	Vitamīns C	60 mg
Holesterīns	0 mg	Kalcijs	61 mg
Nātrijs	45 mg	Dzelzs	1 mg
Ogļhidrāti	12 g	Magnijs	29 mg
Šķiedrvielas	1 g	Kālijs	552 mg
Olbaltumvielas	3 g	Cinks	0,7 mg



Piparmētru persiks



the Nutri Juicer® Cold XL

Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage®

Piparmētru persiks



the Nutri Juicer®
Cold XL

 4 Porcijas

Sastāvdaļas

6 persiki (bez kauliņiem, sagriezti uz pusēm)
½ glāze svaigu piparmētru lapas
60ml “Creme de Menthe”
2 tējkarotes cukura
500ml gāzēta ūdens
½ glāze smalcināta ledus

Pagatavošanas veids

1. Izspiediet sulu no persikiem un piparmētru lapām, izmantojot “BOOST” ātruma režīmu.
2. Sajauciet ar “Creme de Menthe”, gāzētu ūdeni un cukuru.
3. Ieberiet ledu 4 glāzēs, pārlejiet ar iepriekšējā soli pagatavoto dzērienu un rūpīgi samaisiet.



Asinainā Mērija



the Nutri Juicer® Cold XL

Aukstā spiediena sulu spiede ar liela izmēra krūzi un XL padeves cauruli

Sage

Asiņainā Mērija



 4 Porcijas

Sastāvdaļas

4 tomāti
2 seleriju kāti
1 liela paprika, bez kāta un sēklām
60ml degvīns
1 glāze smalcināta ledus

Pagatavošanas veids

1. Izspiediet sulu no tomātiem, selerijas un paprikas, izmantojot "Fast" ātruma režīmu.
2. Pievienojiet degvīnu.
3. Ieberiet ledus 4 glāzēs, pārlejiet ar iepriekšējā solī pagatavoto dzērienu un rūpīgi samaisiet.