

Nakładka krojąca

Thermomix® 2.0 ze spiralizerem

Wersja dla TM7



thermomix
VORWERK



Spis treści

- 5 Wprowadzenie
- 6 Wykorzystaj pełnię możliwości urządzenia Thermomix®
- 8 Zawartość opakowania: poznaj nakładkę krojącą Thermomix® 2.0 ze spiralizerem
- 10 Krojenie i tarcie / Spiralizowanie
- 12 **Nakładka krojąca Thermomix®**
- 14 Funkcje tarczy tnącej
- 16 Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® z tarczą tnącą 4 w 1
- 16 Montaż
- 18 Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® w celu krojenia lub tarcia, w urządzeniu TM7
- 20 **Wskazówki dotyczące tarcia i krojenia**
- 20 Warto wiedzieć
- 24 Krojenie składników – instrukcja
- 36 **Spiralizer Thermomix®**
- 38 **Montaż obudowy mechanizmu krojącego i podstawy spiralizera**
- 40 Funkcje spiralizera
- 42 Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizerem?
- 42 Montaż
- 44 Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizerem w urządzeniu Thermomix® TM7?
- 46 **Wskazówki dotyczące korzystania ze spiralizera**
- 47 Warto wiedzieć
- 50 Spiralizowanie – instrukcja
- 56 **Demontaż i czyszczenie tarczy tnącej lub ostrzy spiralizera**
- 58 **Przepisy, które inspirują na co dzień**
- 60 Carpaccio z gruszek z serem pleśniowym i orzechami
- 61 Carpaccio z buraków z cukinią
- 62 Zakręcone frytki z sosem czosnkowym
- 63 Rösti
- 64 Surówka z tartej marchewki z chrzanem
- 65 Marynowane spiralizowane marchewki
- 66 Coleslaw z tartych i krojonych warzyw
- 67 Miska Buddy z szarpanym kurczakiem
- 68 Gratin z ziemniaków
- 69 Tarta ratatouille
- 70 Gniazdka ze spiralizowanych warzyw z duszonymi pieczarkami
- 71 Kurczak w cytrynowym sosie z tagliatelle z cukinią
- 72 Spiralizowane gruszki na kremie czekoladowym
- 73 Talerz krojonych owoców z cytrynowo-miodowym dressingiem
- 74 Tarta z jabłkami
- 75 Tarta waniliowa ze spiralizowanymi jabłkami



Wprowadzenie

Z urządzeniem Thermomix® przygotowywanie potraw jest niezwykle proste, a dzięki nakładce krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizerem Twoje kulinarne kreacje będą prezentować się jeszcze lepiej i niezwykle szybko je przyrządzisz.

Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 precyzyjnie i efektywnie zetrze oraz pokroi w plastry lub spiralne wstążki niezbędne składniki, zapewniając doskonałe efekty pracy. Teraz możesz kroić, trzeć lub spiralizować owoce i warzywa, wzbogacając smak i teksturę swoich dań. Komponuj niebanalne sałatki, olśniewające desery oraz wiele innych wytrawnych i słodkich dań.

W niniejszej broszurze znajdziesz porady związane z codziennym użytkowaniem nakładki krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizerem, praktyczne wytyczne dotyczące jej montażu oraz pomocne wskazówki, jak uzyskać najlepsze rezultaty w kuchni. Na kolejnych stronach prezentujemy inspirujące przepisy, od placków rösti po tartę, które są dostępne w naszej stale rozwijanej bazie przepisów na Cookidoo®. Przyrządzisz je z pomocą nakładki krojącej 2.0, tworząc coraz to nowe kompozycje kulinarne. Oszczędność czasu, efektywność, wszechstronność, łatwość użytkowania oraz nowy, atrakcyjny sposób na serwowanie zdrowych potraw na rodzinnym stole – z nakładką krojącą Thermomix® 2.0 ze spiralizerem kreatywność nie zna granic.

**Wprowadź
więcej warzyw,
dobrego stylu
i zdrowych nawyków
do swojej
kuchni!**

Wykorzystaj pełnię możliwości urządzenia Thermomix®

Urządzenie Thermomix® niezmiennie stara się ułatwić Ci życie w kuchni, dlatego nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizерem stanowi jego idealne dopełnienie, dzięki któremu szybko i sprawnie zespiralizujesz, zetrzesz oraz pokroisz w plastry składniki przyrządzanych potraw. Skróć czas przygotowywania, osiągając imponujący efekt za każdym razem. Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizерem ułatwia przygotowywanie dań dzięki kilku najważniejszym zaletom:

- **Wszechstronna, unikatowa tarcza tnąca – jedna tarcza, 4 różne rodzaje krojenia.**

Tarcza tnąca Thermomix® to pojedyncza tarcza, dzięki której uzyskasz 4 różne rodzaje krojenia: cienkie plastry, grube plastry, cienkie paski i grube paski, przy minimalnej ilości resztek. Kompaktowy rozmiar tarczy umożliwia jej praktyczne przechowywanie w pokrywie nakładki krojącej.

- **Łatwe i szybkie spiralizowanie w dwóch rozmiarach.**

Ostrze spiralizera Thermomix® kroi warzywa i owoce we wstążki o dwóch grubościach w mgnieniu oka.



- **Łatwość przygotowania i imponujące efekty dzięki precyzyjnemu krojeniu.**

Tarcze nakładki krojącej Thermomix® mają niezwykle ostre ostrza, które zapewnią precyzyjne krojenie składników. Dzięki temu nawet najprostsze potrawy, takie jak talerz owoców czy marchewka gotowana na parze, zyskają olśniewający efekt końcowy.

- **Naczynie miksujące Thermomix® pozostaje czyste i gotowe do użycia.**

Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 została zaprojektowana z myślą o gotowaniu bez wysiłku. Pojemnik nakładki umieszczany jest wewnątrz naczynia miksującego Thermomix®, dzięki czemu samo naczynie pozostaje czyste i gotowe do użycia po wyjęciu pojemnika i trzpienia.

- **Zdrowe gotowanie w atrakcyjnej odsłonie.**

Dzięki nakładce krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizерem ze spiralizерem wzbogacisz swoje potrawy o jeszcze więcej owoców i warzyw, które będą prezentowały się doskonale. Przyrządzaj atrakcyjne, zdrowe dania, które pokochają zarówno dzieci, jak i dorośli.

- **Oszczędność czasu w kuchni.**

Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizерem zapewnia wszechstronność dla codziennego użytkowania. Dzięki niej szybko i łatwo przygotujesz owoce i warzywa, oszczędzisz czas i pozbędziesz się wysiłku związanego z ręcznym krojeniem składników. Teraz szybciej i łatwiej pokroisz niezbędne składniki w estetyczny sposób, a dzięki temu jeszcze lepiej wykorzystasz spektakularną wydajność urządzenia Thermomix®.

- **Równo pokrojone składniki dla równomiernego gotowania.**

Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizерem zapewnia krojenie warzyw na równe kawałki, umożliwiając uzyskanie doskonałych efektów i równomierne gotowanie przyrządzanych potraw.



Zawartość opakowania: poznaj nakładkę krojącą Thermomix® 2.0 ze spiralizerem

Oto Twoja nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizerem, która składa się z kilku elementów: nakładki krojącej Thermomix® z tarczą 4 w 1, popychacza z osłonką, spiralizera Thermomix® (podstawa spiralizera, mechanizm krojący, 2 ostrza i popychacz spiralizera) oraz elementów wspólnych zarówno dla nakładki krojącej, jak i spiralizera (trzcina, pojemnik i pokrywa nakładki krojącej).

Tarcza tnąca i ostrza spiralizera zostały wykonane z wysokiej jakości stali. Każdy element jest dopracowany i został przetestowany przez naszych inżynierów z myślą o zapewnieniu najlepszych efektów. Zapoznaj się z opisem każdego elementu i jego funkcjami na kolejnych stronach.

Popychacz
Aby osiągnąć doskonałe efekty krojenia i tarcia, pozostaw osłonkę popychacza na swoim miejscu. Jej teksturowana powierzchnia minimalizuje ryzyko ślizgania się składników. Równomierne, delikatne dociskanie popychacza ze stałą siłą nacisku umożliwia precyzyjne krojenie lub tarcie składników.

Pokrywa nakładki krojącej*
Skutecznie zabezpiecza tarczę tnącą lub podstawę spiralizera, automatycznie zamykając się dzięki mechanizmowi blokującemu. Pokrywa posiada podajnik z szerokim i wąskim otworem, które umożliwiają umieszczenie owoców i warzyw o różnych rozmiarach.

Tarcza tnąca 4 w 1
Dwustronna tarcza tnąca wykonana z wysokiej jakości stali, wyposażona w ostre i wytrzymałe ostrza umożliwia 2 sposoby cięcia wielu różnych składników. Strona 1 służy do krojenia w plastry, a strona 2 do tarcia.

** Części potrzebne do krojenia w plastry i tarcia oraz spiralizowania*

Krojenie i tarcie

Spiralizowanie

Popychacz spiralizera

Nacisnąć przycisk zwalniający blokadę, aby zdjąć osłonkę popychacza. Następnie przymocować składnik do ząbkowanej części popychacza i delikatnie docisnąć ze stałą siłą po rozpoczęciu spiralizowania. Po zakończeniu korzystania ze spiralizera, wystarczy wsunąć popychacz z powrotem do osłonki.

Spiralizer

Składa się z podstawy spiralizera, obudowy mechanizmu krojącego oraz ostrza, połączonych poprzez trzcina. Do spiralizowania najlepiej używać szerokiego otworu podajnika.

Pojemnik nakładki krojącej*

Łatwy w użytkowaniu pojemnik nakładki krojącej jest wyposażony w dwa uchwyty i mieści produkty starte, spiralizowane lub pokrojone w plastry. Pojemnik posiada zaokrągloną podstawę do gromadzenia soku z krojonych, spiralizowanych lub tartych owoców, aby umożliwić zaserwowanie go wraz z przygotowanym daniem.

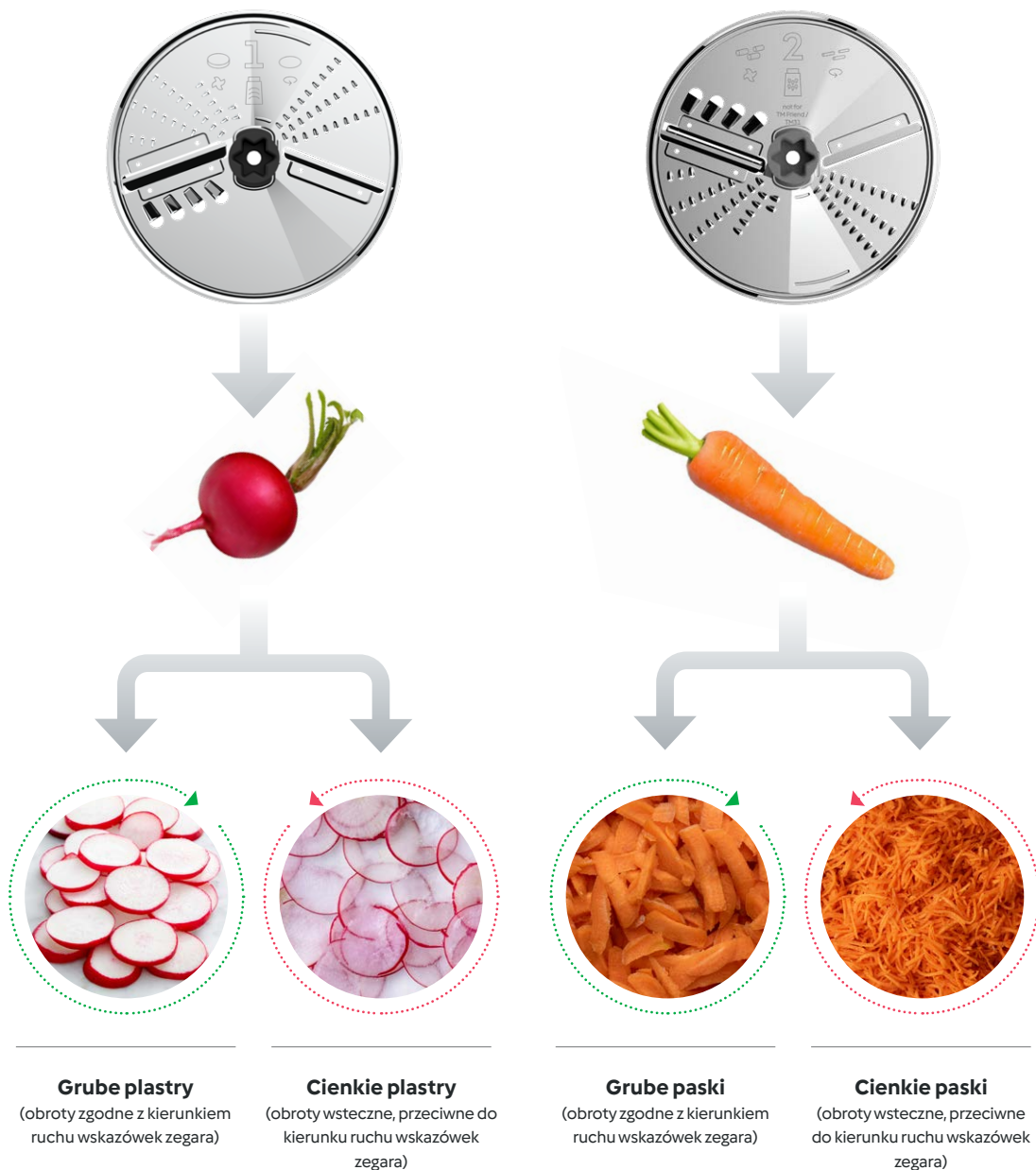
Trzcina*

Trzcina spoczywa na nożu w naczyniu miksującym i umożliwia założenie tarczy krojącej lub spiralizera. Należy pamiętać o jego wyjęciu po zakończeniu korzystania z nakładki krojącej Thermomix® 2.0.

Krojenie i tarcie

Strona 1

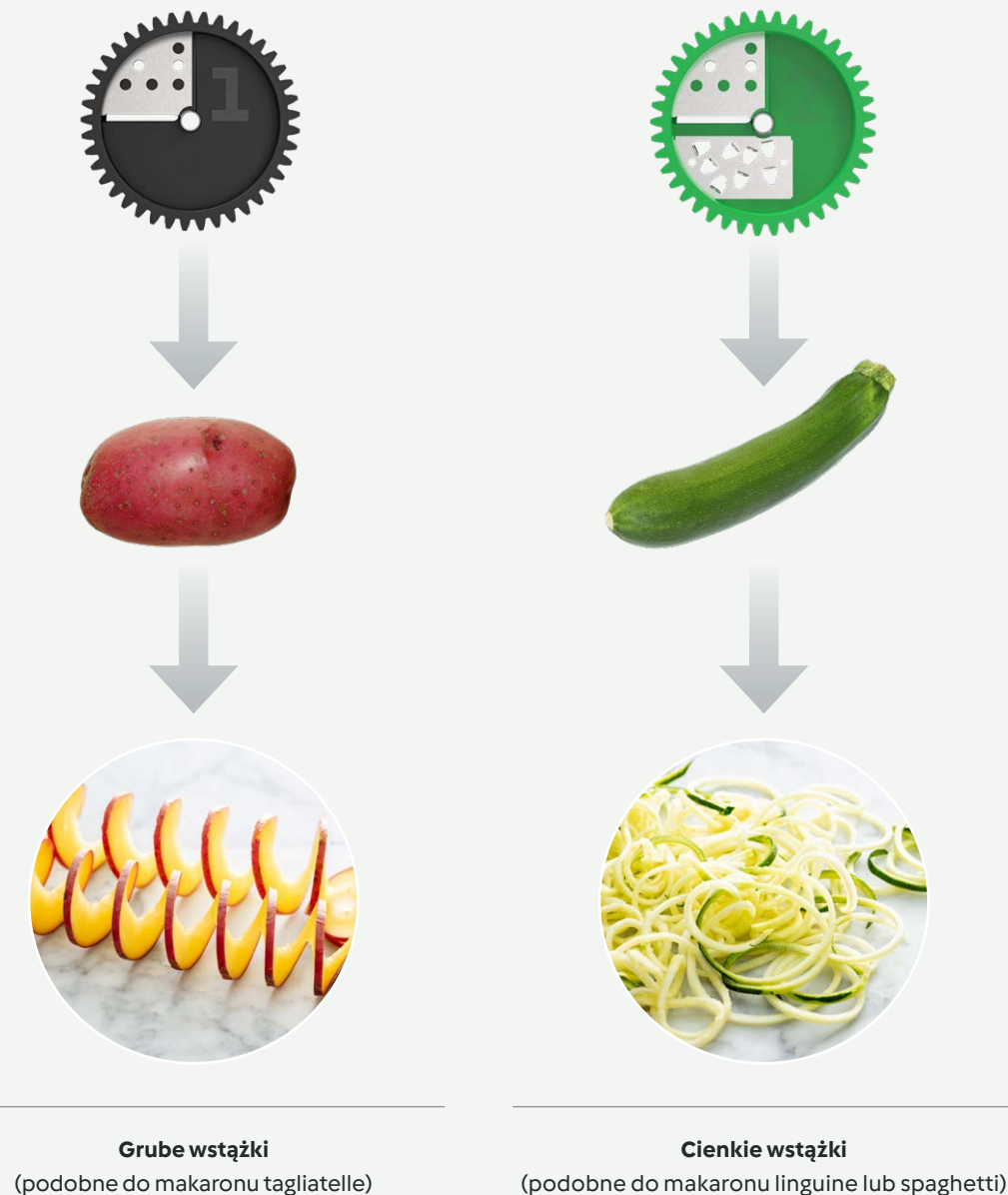
Strona 2



Spiralizowanie

Ostrze 1

Ostrze 2



Nakładka krojąca

Thermomix®

Z nakładką krojącą Thermomix® przygotujesz imponujące dania. Bez wysiłku pokroisz lub zetrzesz różnorodne warzywa i owoce na różne grubości, dzięki czemu Twoje potrawy będą wyglądały bardzo atrakcyjnie.



Funkcje tarczy tnącej

Powierzchnia strony

1

posiada wytłoczenia przypominające plastry (cienkie i grube) oraz ciemnoszary środek tarczy tnącej.



Jest to łatwe w użyciu narzędzie 4 w 1. Standardowe obroty w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara umożliwiają uzyskanie grubych plastrów pomidorów i cukinii potrzebnych do sporządzenia *Tarty ratatouille* (str. 69) lub grubych pasków marchewki do przygotowania *Miski Buddy* z szarpanym kurczakiem (str. 67). Obroty wsteczne należy zastosować w celu uzyskania cienko pokrojonej kapusty na *Coleslaw* z tartych i krojonych warzyw (str. 66) lub cienko startej marchwi na *Surówkę* z tartej marchewki z chrzanem (str. 64). Doskonali swoje umiejętności kulinarne, korzystając z jednej tarczy o czterech funkcjach krojenia.

Grube plastry



Cienkie plastry



2 strony,
4 rodzaje
krojenia

Grube paski



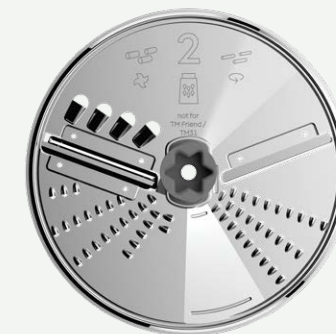
Cienkie paski



Strona

2

ma podłużne wytłoczenia (cienkie i grube), przypominające **tarkę** oraz jasnoszary środek tarczy tnącej.



Umieść tarczę tnącą na trzpieniu żądaną stroną do góry. Postępuj zgodnie z instrukcją montażu i przygotuj potrawy bez wysiłku.

Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® z tarczą 4 w 1?

Nakładka krojąca Thermomix® przygotuje składniki potrawy za Ciebie. Łatwa w użyciu i czyszczeniu nakładka krojąca Thermomix® niezawodnie wspiera Cię podczas przygotowywania dań.

Montaż

1 Przed przystąpieniem do montażu nakładki krojącej Thermomix® upewnij się, że naczynie miksujące zostało prawidłowo umieszczone w urządzeniu Thermomix® TM7, a w środku naczynia miksującego nie znajdują się żadne produkty.



2 Umieść trzpień na nożu miksującym w naczyniu miksującym Thermomix® i upewnij się, że znajduje się we właściwym położeniu. Podstawa trzpienia powinna spoczywać na środku noża miksującego, a trzpień powinien być ustawiony w pionie.



3 Umieść pojemnik nakładki krojącej na trzpieniu. Trzpień powinien wystawać przez środkowy otwór pojemnika.



4 Zawsze trzymaj tarczę tnącą za środek, ponieważ jej ostrza są niezwykle ostre. Umieść tarczę na trzpieniu żądaną stroną do góry (patrz str. 10).



5 Umieść pokrywę nakładki krojącej na pojemniku. Automatyczny mechanizm blokujący blokuje pokrywę nakładki krojącej, gdy silnik zostanie uruchomiony.



6 Włóż składniki do podajnika.



Pokrój lub zetrzyj składniki w cienkie lub grube plastry lub paski. Uwolnij kreatywność z nakładką krojącą Thermomix®.

7 Naciśnij przycisk „Start”, a następnie użyj popychacza, aby delikatnie docisnąć składniki przez podajnik w kierunku tarczy tnącej.

Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® w celu krojenia lub tarcia w urządzeniu TM7?

Skoro znasz już wszystkie elementy nakładki krojącej Thermomix® oraz tarczy tnącej 4 w 1, kolejnym krokiem będzie przystąpienie do krojenia i tarcia ulubionych składników potraw. Łatwo się z tym uporaś, zarówno w przypadku korzystania z przepisu podczas gotowania z ustawieniami, jak i manualnego gotowania. Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizерem w wersji dla TM7 może być używana z urządzeniem Thermomix® TM7 i jest w pełni kompatybilna ze wszystkimi istniejącymi przepisami na platformie Cookidoo®, które wykorzystują wcześniejsze wersje nakładki krojącej Thermomix®.

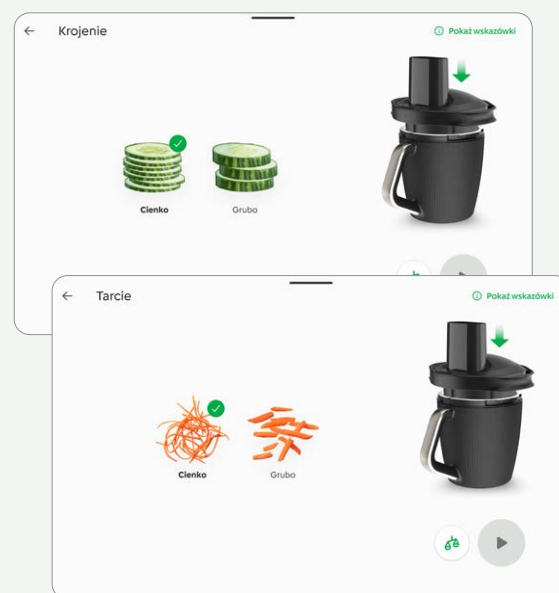
Tutaj znajdziesz informacje dotyczące sposobu korzystania z nakładki krojącej z tarczą 4 w 1 w każdym z tych dwóch urządzeń.

Z urządzeniem Thermomix® TM7

Przesuń ekran Gotowania manualnego, aby przejść do trybów Tarcia i Krojenia. Aby uzyskać dodatkowe informacje oraz wskazówki dotyczące tych trybów, wybierz opcję „Pokaż wskazówki” znajdującą się w prawym górnym rogu ekranu dla każdego trybu na Twoim urządzeniu Thermomix® TM7.

Ważne: rodzaj cięcia zależy od odpowiedniej strony założenia tarczy tnącej, a nie od wybranego trybu.

W ramach każdego trybu możesz zdecydować, czy wolisz cienkie, czy też grube plastry lub paski. Umieść składniki w podajniku, wybierz rodzaj cięcia i naciśnij przycisk „Start”, aby uruchomić wybrany tryb. Delikatnie dociśnij popychacz, a następnie zatrzymaj ustawiony tryb po zakończeniu krojenia albo tarcia. W przeciwnym wypadku urządzenie zatrzyma się samo po upływie 1 minuty. Sprawdź pojemnik i w razie potrzeby opróżnij go przed kontynuacją pracy.



W przypadku lekkich i drobnych składników, takich jak grzyby czy truskawki lub jeżeli konieczne jest precyzyjne umieszczenie składnika, w celu uzyskania dokładnych rezultatów, najpierw włóż składniki do podajnika, przytrzymaj je za pomocą popychacza, a następnie uruchom silnik. Delikatnie dociskaj ze stałą siłą nacisku, aby uzyskać równo pokrojone kawałki.

Aby uzyskać najlepsze efekty pracy z nakładką krojącą Thermomix®, zawsze postępuj według instrukcji podczas gotowania z ustawieniami w przepisach opublikowanych na platformie Cookidoo®.

Wskazówki dotyczące tarcia i krojenia

Nakładka krojąca umożliwia krojenie lub tarcie wielu różnych składników – warzyw kapustnych, bulwiastych, korzeniowych, owoców czy twardych serów (np. parmezanu), dzięki czemu szybko, łatwo i precyzyjnie przygotujesz własne dodatki, talerze owoców, zapiekanki i wiele innych potraw. Oto nasze wskazówki, które zagwarantują Ci udane korzystanie z nakładki krojącej Thermomix®.

Warto wiedzieć

Cienko lub grubo? Nasze rekomendacje

- **Aby uzyskać idealnie równe plastry**, wprowadź składniki przez podajnik, delikatnie dociskając je za pomocą popychacza ze stałą siłą nacisku.
- **Składniki surowe** można pokroić cienko lub grubo w zależności od upodobań, choć w przypadku niektórych twardych lub włóknistych składników, takich jak buraki czy seler, bardziej estetyczny efekt można uzyskać, wybierając opcję krojenia w cienkie plastry.
- **Aby zapobiec zniekształceniu podczas gotowania i suszenia w piekarniku**, składniki, które będziesz gotować, pokrój lub zetrzyj w grube plastry lub paski, chyba że chcesz osiągnąć konkretny efekt, np. zamierzasz przygotować chipsy w piekarniku. W takim przypadku pokrój warzywa korzeniowe w cienkie plastry, aby następnie powoli piec je w piekarniku.

Wskazówki dotyczące składników

- **Składniki gotowane i mrożone** nie nadają się do krojenia lub tarcia za pomocą nakładki krojącej Thermomix® (z wyjątkiem gotowanych buraków).
- **Aby uzyskać idealnie pokrojone składniki**, na etapie zakupów **wybieraj niewielkie owoce i warzywa**, które zmieszczą się w podajniku.
- **Aby równo pokroić drobne składniki**, takie jak grzyby lub truskawki, ułóż je w podajniku, przytrzymaj za pomocą popychacza, następnie uruchom silnik. Po zakończeniu pracy zatrzymaj silnik i powtórz czynność, wkładając do podajnika kolejną partię składników.
- **Większe składniki**, takie jak dynia piżmowa, bakłażan czy seler, wymagają pokrojenia na kawałki, aby zmieściły się w podajniku.





- **Owoce i warzywa** powinny być dojrzałe, lecz twarde i jędrne w dotyku. Jest to szczególnie istotne w przypadku bardziej miękkich składników, jak np. pomidorów (warto używać pomidorów śliwkowych, które w całości mieszczą się w podajniku), awokado czy mango.
- **Aby uzyskać półplastry podłużnych warzyw**, takich jak bakłażan, wybierz warzywa niewielkich rozmiarów i przekrój je wzdłuż za pomocą noża kuchennego. Umieść pionowo przekrojone na pół warzywa w szerokim otworze podajnika. Za pomocą nakładki krojącej Thermomix® nie jest możliwe krojenie podłużnych warzyw wzdłuż na pół.

- **Soczyste składniki** (np. arbuz, melon, pomidory, kiwi) nadają się wyłącznie do krojenia w grube plastry. Nakładka nie umożliwia starcia tych składników na paski jakiegokolwiek grubości ani ich pokrojenia w cienkie plastry.
- **Kiełbasy z peklowanego mięsa**, np. salami lub kabanosy, nadają się do krojenia. Z kolei świeże i gotowane kiełbasy zwykle są zbyt miękkie, aby nakładka mogła je pokroić w estetyczne plastry.
- **Odetnij końce wąskich składników, takich jak seler naciowy, por, dymka czy marchewka.** Fasolkę szparagową przytnij na jednakową długość i umieść pęk w podajniku.

- **Niektóre składniki idealnie nadają się do krojenia, lecz nie nadają się do tarcia** (warzywa liściaste, papryka, koper włoski, pomidory i większość owoców, z wyjątkiem jabłek).
- **Wybierz wąski lub szeroki otwór podajnika** w zależności od rozmiaru przygotowywanych składników.

Zawsze w gotowości

- **Pokrój parmezan w cienkie plastry**, aby dodać go do sałatki lub udekorować zupę.
- Pokrój partie warzyw w grube plastry i **zamroź je z myślą o późniejszym wykorzystaniu do pieczenia, zupy lub gulaszu.**
- **Zamroź wszelkie skrawki warzyw lub resztki** pozostałe na tarczy tnącej, na pokrywie i w pojemniku, aby wykorzystać je później do zup lub bulionów.
- **Krojenie lub tarcie składników w partiach** zapewnia lepszy efekt końcowy i zapobiega przepełnieniu pojemnika nakładki krojącej. Aby zoptymalizować czas pracy, zważ wszystkie składniki przed przystąpieniem do ich krojenia lub tarcia. Pamiętaj, że w pojemniku zmieści się około 800 g pokrojonych lub startych owoców lub warzyw.
- W razie gdy musisz **pokroić i zetrzeć różne rodzaje składników**, aby uniknąć wielokrotnej zmiany strony tarczy tnącej, najpierw pokrój wszystkie składniki, do których potrzebna jest dana strona tarczy, a następnie obróć tarczę na drugą stronę.



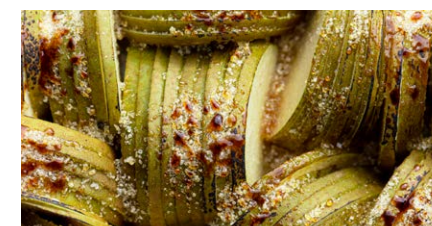
Cienkie plastry rzodkiewki idealnie nadają się do sałatek.



Cienkie paski ziemniaków to doskonały składnik placzków ziemniaczanych.



Grube paski marchewki świetnie sprawdzą się w zupie lub daniu smażonym w małej ilości tłuszczu.



Grube plastry owoców doskonale nadają się do przygotowania talerza owoców lub deski serów.

Krojenie składników – instrukcja

Z nakładką krojącą Thermomix® szybko i łatwo pokroisz lub zetrzesz wiele różnych warzyw, owoców i innych składników potrzebnych do wszelkich kulinarnych kreacji. Aby uzyskać optymalne efekty, zawsze wybieraj dojrzałe, lecz twarde i jędrne w dotyku składniki (zwłaszcza w przypadku pomidorów, awokado lub mango), w przeciwnym razie może dojść do ich zgniecenia.

ŚWIEŻE I CHRUPIAĆCE WARZYWA

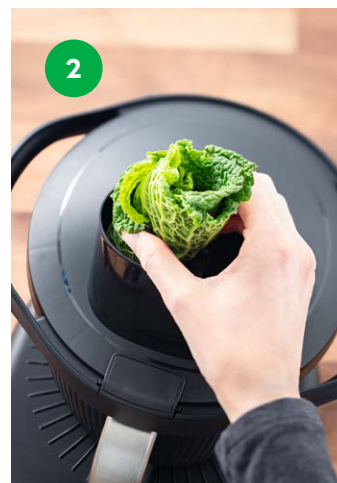
Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Bakłażan	Przekrojony wzdłuż na pół lub na cztery części.	Grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika. Aby uzyskać okrągłe plastry, świetnie sprawdzą się cienkie bakłażany azjatyckie.
Bataty	Obrane lub oskrobane, w razie potrzeby pokrojone na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Biała kapusta	Pokrojona na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Biała rzodkiew	Oskrobana i oczyszczona, umieszczona w całości lub przekrojona na pół wzdłuż, aby zmieściła się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Brukselka	W całości.	Cienkie i grube plastry	Wypełnij podajnik brukselką przed uruchomieniem silnika.
Burak	Surowy lub gotowany burak, umyty i w razie potrzeby obrany. Duże buraki przekrojone na pół lub na cztery części.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż buraki do szerokiego otworu podajnika.
Cebula	Większe cebule przekrojone na pół lub na cztery kawałki.	Cienkie i grube plastry Grube paski	Włóż każdą połowę cebuli możliwie jak najbardziej pionowo, aby uzyskać równe plastry, uruchom Thermomix® i delikatnie dociśnij popychacz nakładki krojącej (patrz ilustracja na str. 29).

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Cebula dymka	Tylko twarde części, bez ciemnozielonych luźnych końców.	Grube plastry	Włóż 3–4 dymki pionowo do wąskiego otworu podajnika.
Cebula szalotka	W całości lub przekrojona na pół.	Cienkie i grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego lub wąskiego otworu podajnika.
Cukinia	Odcięty koniec, w taki sposób, aby cukinia leżała płasko na tarczy tnącej.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Czerwona kapusta	Pokrojona na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika. Twardy środek usunięty.	Cienkie i grube plastry	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Dynia piżmowa	Pokrojona na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Fasolka szparagowa	Odcięte końce, aby fasolka miała taką samą długość.	Grube plastry	Włóż nieduży pęk fasolki szparagowej mieszczący się do wąskiego otworu podajnika.
Kapusta pekińska	Pokrojona na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika lub zrolowane liście pionowo w otworze podajnika.	Grube plastry	Włóż zrolowane liście lub kawałki pionowo do szerokiego otworu podajnika (patrz ilustracja na str. 28).
Koper włoski	Przekrojony na pół lub pokrojony na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika (patrz ilustracja na str. 28).
Korzeń imbiru	Zbyt włóknisty, będzie się strzępić. Twarde pasma zaplączą się w tarczy tnącej.	Niezalecane	Rozdrobnij pokrojony w 2 mm plastry imbir w naczyniu miksującym lub pokrój go ręcznie.

ŚWIEŻE I CHRUPIAĆCE WARZYWA
(ciąg dalszy)

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Marchewka	Cała, obrana lub oskrobana.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Aby pokroić w plastry, włóż marchewki pionowo do podajnika. Umieszczając kilka sztuk pionowo obok siebie, możesz pokroić kilka marchewek jednocześnie.
Ogórek	Odcięty koniec, w taki sposób aby ogórek leżał płasko na tarczy tnącej.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Pak choi	Przekrojony na pół lub pokrojony na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika. Wybieraj pak choi mniejszego rozmiaru.	Grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Papryka	Pokrojona na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika. Usunięte gniazda nasienne i białe błonki.	Grube plastry	Włóż po 2–3 kawałki naraz do szerokiego otworu podajnika, aby zablokować je w środku (patrz ilustracja na str. 29).
Pietruszka (korzeń) lub pasternak	Cały, obrany lub oskrobany.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do otworu podajnika. Możesz kroić jednocześnie kilka sztuk pietruszki lub pasternaku umieszczonych pionowo jeden obok drugiego.
Pieczarki	Pieczarki równej wielkości, mieszczące się w wąskim otworze podajnika. Trzonek usunięty i wyczyszczony w celu usunięcia piasku. Jeżeli pieczarki są zbyt duże, aby zmieścić się w wąskim otworze podajnika, ułóż kilka w szerokim otworze, dbając o to, aby wszystkie były ustawione w jednakowy sposób.	Cienkie i grube plastry	Wypełnij podajnik pieczarkami ułożonymi na boku, potem uruchom silnik (patrz ilustracja na str. 29). Użyj popychacza nakładki krojącej, nie naciskając na umieszczone produkty, aby uzyskać regularnie pocięte plastry.
Por	Tylko twarde części, bez ciemnozielonych końców.	Grube plastry	Włóż pionowo do wąskiego lub szerokiego otworu podajnika. Umieszczając kilka sztuk pionowo obok siebie, możesz pokroić kilka porów jednocześnie.

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Rzepa	Obrana lub oskrobana, przekrojona na pół lub pokrojona na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Rzodkiewka	W całości.	Cienkie i grube plastry Grube paski	Jeżeli rzodkiewka jest zbyt duża, aby zmieściła się w wąskim otworze podajnika, ułóż kilka sztuk w szerokim otworze podajnika i delikatnie dociśnij za pomocą popychacza. Długą rzodkiewkę należy wkładać pionowo do wąskiego otworu podajnika.
Salata	Najgrubsza część usunięta. Mniejsze główki sałaty przepołowione lub pokrojone na kawałki. Większe liście, jak w przypadku sałaty rzymskiej, zwinięte. Sałata lodowa pokrojona w kawałki.	Grube plastry	Włóż pionowo do otworu podajnika.
Seler korzeniowy	Obrany, pokrojony na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika (patrz ilustracja na str. 28).
Seler naciowy	Tylko łodygi, bez łyka.	Grube i cienkie plastry	Włóż 4–5 łodyg razem do podajnika.
Zielone warzywa (np. jarmuż, młoda kapusta)	Najgrubsza część usunięta, aby uzyskać liście pokrojone w paski, bez kawałków głąba. Większe liście ciasno zwinięte, środek pokrojony na kawałki.	Cienkie i grube plastry	Włóż pionowo do otworu (patrz ilustracja na str. 28).
Ziemniaki	Przekrojone na pół lub pokrojone na kawałki tak, aby zmieściły się do podajnika.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika. Młode lub niewielkie ziemniaki można umieścić pionowo lub poziomo.



Zielone warzywa, np. kapusta

1. Usuń najgrubszą część, mocno zroluj duże zewnętrzne liście i przekrój środek na pół lub pokrój na kawałki, które zmieszczą się w szerokim otworze podajnika.
2. Przekrój zrolowane liście na pół i mocno zwiń przed umieszczeniem ich pionowo w podajniku. Pokrój w cienie lub grube plastry.



Seler korzeniowy

Pokrój na kawałki i umieść je w szerokim otworze podajnika. Użyj dowolnej strony tarczy tnącej.



Koper włoski

Przekrój na pół lub pokrój na kawałki, które zmieszczą się w szerokim otworze podajnika, i pokrój je w grube lub cienie plastry.



Pieczarki

Ułóż bokiem w podajniku przed uruchomieniem silnika i użyj popychacza, nie naciskając na umieszczone produkty.



Cebula

Przekrój cebulę na pół lub pokrój w ćwiartki i umieść ją pionowo w szerokim otworze podajnika, aby pokroić w cienie lub grube plastry.



Papryka

Pokrój paprykę na kawałki, usuń gniazda nasienne i białe błonki. Umieść 2–3 kawałki jednocześnie, wkładając je pionowo do szerokiego otworu podajnika.

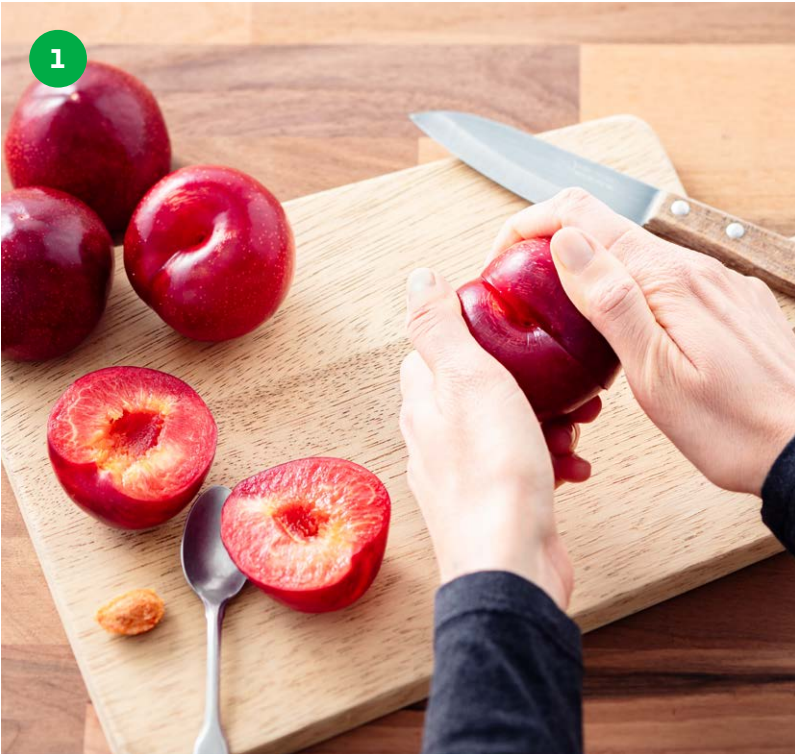
DOJRZAŁE, TWARDE OWOCE

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Ananas	Obrany, bez twardego rdzenia i pokrojony wzdłuż na 4 lub 6 kawałków (ok. 200 g każdy).	Grube plastry	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika (patrz ilustracja na str. 34).
Arbuz	Obrany i pokrojony na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Grube plastry	Włóż jeden kawałek pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Awokado	Obrane, bez pestki, przekrojone wzdłuż na pół. Używaj tylko twardych awokado.	Grube plastry	Aby uzyskać plastry w kształcie półksiężyca, włóż połowy awokado pionowo do szerokiego otworu podajnika (patrz ilustracja na str. 34).
Banany	Całe, obrane, twarde, niezbyt dojrzałe.	Grube plastry	Włóż pionowo do wąskiego otworu podajnika.
Brzoskwinie	Używaj twardych owoców, przekrojonych na pół lub pokrojonych w ćwiartki, bez pestek. Aby usunąć pestkę, użyj ostrego noża i przekrój brzoskwinie wzdłuż naturalnego wcięcia i wokół pestki. Obróć każdą połowę w przeciwną stronę, aby je oddzielić, a następnie usuń pestkę łyżeczką. Jeśli pestka jest osadzona zbyt mocno, wykrój dwa duże kawałki w okolicy pestki (zob. ilustracje na str. 33).	Grube plastry	Aby uzyskać plastry w kształcie półksiężyca, włóż połowy brzoskwiń pionowo do szerokiego otworu podajnika lub 2–3 ćwiartki lub kawałki poziomo do szerokiego otworu podajnika.
Cytryny	Tylko małe cytryny mieszczące się w szerokim otworze podajnika. Nieobrane, całe. Skórka musi być jędrna.	Grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Gruszki	Używaj twardych owoców bez gniazd nasiennych, przekrojonych na pół lub pokrojonych w ćwiartki.	Grube plastry Grube paski	Aby uzyskać plastry w kształcie półksiężyca, włóż połowy gruszek pionowo do szerokiego otworu podajnika lub 2–3 ćwiartki lub kawałki poziomo do szerokiego otworu podajnika.
Jabłka	Obrane lub ze skórką, przekrojone na pół, pokrojone w ćwiartki lub na kawałki. Bez gniazd nasiennych. Dojrzałe, lecz twarde.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	W zależności od wielkości przekrój jabłka na pół, pokrój w ćwiartki lub na kawałki, aby zmieściły się w podajniku. W razie potrzeby odetnij końce ćwiartek lub kawałków. Aby uzyskać plastry w kształcie półksiężyca, włóż połowy jabłek pionowo do szerokiego otworu podajnika lub 2–3 ćwiartki lub kawałki poziomo do szerokiego otworu podajnika.
Kiwi	Obrane lub ze skórką, całe. Dojrzałe, lecz twarde.	Grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Limonki	Nieobrane, całe. Skórka musi być jędrna.	Grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Melon	Obrany, bez pestek, pokrojony na kawałki mieszczące się w szerokim otworze podajnika.	Grube plastry	Wkładaj kolejno po jednym kawałku pionowo do szerokiego otworu podajnika.
Nektarynki	Wykorzystaj twarde owoce, przekrojone na pół lub pokrojone w ćwiartki, bez pestki. Aby usunąć pestkę, użyj ostrego noża i przekrój nektarynki wzdłuż naturalnego wcięcia i wokół pestki. Obróć każdą połowę w przeciwną stronę, aby je oddzielić, a następnie usuń pestkę łyżeczką. Jeśli pestka jest osadzona zbyt mocno, wykrój dwa duże kawałki w okolicy pestki (zob. ilustracje na str. 33).	Grube plastry	Aby uzyskać plastry w kształcie półksiężyca, włóż połowy nektarynek pionowo do szerokiego otworu podajnika lub 2–3 ćwiartki poziomo do szerokiego otworu podajnika.

DOJRZAŁE, TWARDE OWOCE
(ciąg dalszy)

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Pomarańcze	Zbyt duże, aby zmieściły się w całości w podajniku. Po przekrojeniu na pół plastry nie trzymają się zbyt dobrze razem. Najlepsze efekty można uzyskać z twardych pomarańczy.	W przypadku ich użycia należy kroić tylko w grube plastry.	Najlepsze efekty można uzyskać, krojąc je ręcznie.
Pomidory	Używaj tylko jędrnych pomidorów śliwkowych mieszczących się w całości w szerokim otworze podajnika.	Grube plastry	Włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika (patrz ilustracja na str. 34).
Śliwki	Używaj twardych owoców, przekrojonych na pół, bez pestek. Aby usunąć pestkę, użyj ostrego noża i przekrój śliwkę wzdłuż naturalnego wcięcia i wokół pestki. Obróć każdą połowę w przeciwną stronę, aby je oddzielić, a następnie usuń pestkę łyżeczką. Jeśli pestka jest osadzona zbyt mocno, wykrój dwa duże kawałki w okolicy pestki (zob. ilustracje na str. 33).	Grube plastry	Aby uzyskać plastry w kształcie półksiężyca, wkładaj przekrojone na pół śliwki pionowo do szerokiego otworu podajnika lub 2–3 ćwiartki poziomo do szerokiego otworu podajnika.
Truskawki	Używaj twardych owoców. Całych, bez szypułek.	Grube plastry	Ułóż pionowo w wąskim otworze podajnika lub poziomo w szerokim otworze podajnika, delikatnie przesunij przy pomocy popychacza nakładki krojącej, aby uzyskać estetyczny efekt końcowy.



Śliwki, nektarynki lub
brzoskwinie

1. Nektarynkę, śliwkę lub brzoskwinie przekrój ostrym nożem wzdłuż naturalnego wcięcia i wokół pestki. Obróć każdą połowę w przeciwną stronę, aby je oddzielić, a następnie usuń pestkę łyżeczką.
2. Jeśli pestka jest osadzona zbyt mocno, wykrój dwa duże kawałki w okolicy pestki.
3. Jeżeli połowy są wystarczająco małe, umieść je razem w podajniku. Odetnij dolną część, aby spoczywały w całości na tarczy tnącej, a następnie uruchom silnik.



Awokado

Dojrzałe, lecz twarde i jędrne, obrane. Po usunięciu pestki i przekrojeniu wzdłuż na pół włóż pionowo do szerokiego otworu podajnika i grubo pokrój.



Kiwi

Użyj dojrzałych, lecz twardych i jędrnych owoców kiwi, obranych lub ze skórką, które zmieszczą się w całości w szerokim otworze podajnika.



Truskawki

Aby uzyskać optymalne efekty, użyj całych jędrnych truskawek bez szypułek.



Ananas

Obierz, wytnij twarde i jędrne rdzeń i pokrój wzdłuż na 4 lub 6 kawałków (ok. 200 g każdy). Umieszczaj kolejno po jednym kawałku pionowo w szerokim otworze podajnika.



Pomidory

Umieść całe pomidory śliwkowe pionowo w szerokim otworze podajnika i dociśnij popychacz nakładki krojącej podczas krojenia.

INNE SKŁADNIKI

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Czekolada	Może zablokować tarczę tnącą.	Niezalecane	Użyj ostrego noża lub tarki do warzyw, aby uzyskać cienkie paski lub wiórki.
Jajka na twardo	Jajka będą przyklejać się do tarczy tnącej i nie uda się ich dobrze pokroić.	Niezalecane	Pokrój je ręcznie.
Twarde sery (np. parmezan)	Upewnij się, że ser jest lekko schłodzony.	Cienkie i grube plastry Cienkie i grube paski	Umieść pionowo w wąskim lub szerokim otworze podajnika.

A może chcesz pokroić parmezan w cienkie plastry?

Twarde sery

Umieść pionowo w wąskim lub szerokim otworze podajnika. Użyj dowolnej strony tarczy tnącej.



Spiralizer Thermomix®

Uwolnij swoją kreatywność i serwuj warzywa pokrojone w apetyczne wstążki. Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizerem bez wysiłku pokroi cukinię w spaghetti lub tagliatelle. Eksperymentuj z różnymi składnikami i spraw, aby Twoje przepisy wyglądały wyjątkowo.



Montaż obudowy mechanizmu krojącego i podstawy spiralizera

Spiralizer składa się z kilku elementów, które są widoczne na tej i kolejnej stronie.

Po zmontowaniu należy umieścić spiralizer precyzyjnie na pojemniku nakładki krojącej, tak aby ostrze spiralizera znajdowało się tuż pod podajnikiem (patrz rys. 5, str. 43).



Funkcje spiralizera

Jeśli chcesz pokroić swoje składniki w spiralne wstążki, wybierz ostrze dostosowane do zaplanowanego przepisu.

Ostrze

1

Za pomocą tego ostrza uzyskasz szerokie spiralne wstążki, podobne do makaronu tagliatelle.



Ostrze

2

Ostrze 2 kroi w cienkie spiralne wstążki, podobne do makaronu linguine czy spaghetti.

Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizerem?

Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizerem przygotowuje składniki potrawy za Ciebie, ponieważ jest łatwa w użyciu i czyszczeniu.

Montaż

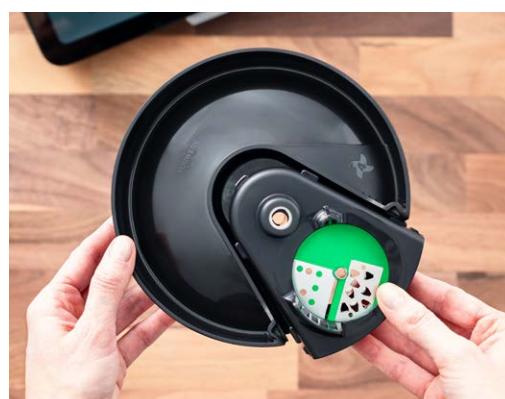
1 Przed przystąpieniem do montażu spiralizera Thermomix® upewnij się, że naczynie miksujące zostało w pełni prawidłowo umieszczone w urządzeniu Thermomix® TM7, a w jego wnętrzu nie znajdują się żadne produkty.



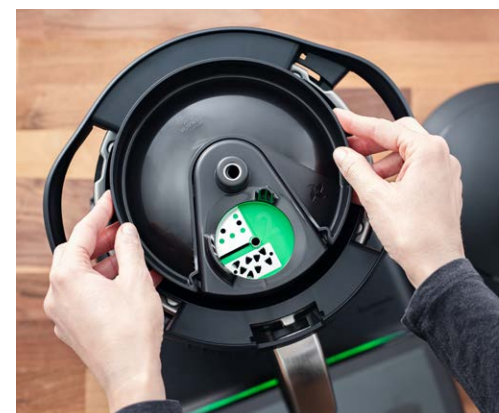
2 Umieść trzpień na nożu miksującym w naczyniu miksującym Thermomix® i upewnij się, że znajduje się we właściwym położeniu. Podstawa trzpienia powinna spoczywać na środku noża miksującego, a trzpień powinien być ustawiony w pionie.



3 Umieść pojemnik nakładki krojącej na trzpieniu. Trzpień powinien wystawać przez środkowy otwór pojemnika.



4 Umieść wybrane ostrze w obudowie mechanizmu krojącego, zamknij obudowę mechanizmu krojącego, a następnie wsuń do podstawy spiralizera.



5 Prawidłowo umieść spiralizer na pojemniku nakładki krojącej. Pamiętaj, aby dopasować krawędzie matowej części obudowy mechanizmu krojącego (kształt odwróconej litery V) do wewnętrznych stron uchwytów pojemnika, tak jak pokazano tutaj. Dzięki temu ostrze spiralizera znajdzie się w odpowiednim położeniu w stosunku do szerokiej części podajnika.



6 Pokrywę nakładki krojącej umieść na pojemniku, tak aby otwór podajnika znalazł się nad obudową mechanizmu krojącego spiralizera. Automatyczny mechanizm blokujący blokuje pokrywę nakładki krojącej, gdy silnik zostanie uruchomiony.



7 Zdejmij osłonkę popychacza. Przymocuj składnik, który będzie spiralizowany.



8 Naciśnij przycisk „Start”, a następnie użyj popychacza spiralizera (bez osłonki), aby delikatnie docisnąć składniki przez podajnik w kierunku podstawy spiralizera.

Prawidłowy montaż spiralizera oraz właściwe przymocowanie składnika do popychacza są kluczowe dla osiągnięcia dobrych efektów

Jak korzystać z nakładki krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizерem w urządzeniu Thermomix® TM7?

Mając pod ręką nakładkę krojącą Thermomix® oraz spiralizер, możesz zacząć kroić swoje ulubione składniki w spiralne wstążki. Będzie to niezwykle proste, zarówno w przypadku korzystania z przepisu w opcji gotowania z ustawieniami, jak i gotowania manualnego. Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizерem w wersji dla TM7 może być używana z urządzeniem Thermomix® TM7 i jest w pełni kompatybilna ze wszystkimi istniejącymi przepisami na platformie Cookidoo®, które wykorzystują wcześniejszą wersję nakładki krojącej Thermomix® ze spiralizерem.

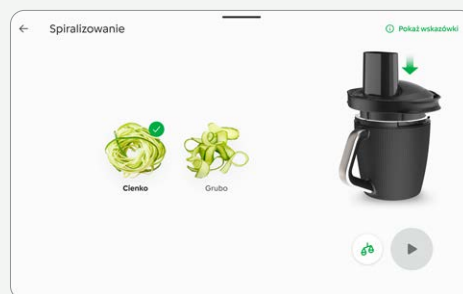
Tutaj znajdziesz informacje dotyczące sposobu korzystania ze spiralizera w każdym z tych dwóch urządzeń.

Thermomix® TM7

Przesuń ekran Gotowania manualnego, aby przejść do trybu Spiralizowania. Aby uzyskać dodatkowe informacje oraz wskazówki dotyczące tego trybu, wybierz opcję „Pokaż wskazówki” znajdującą się w prawym górnym rogu ekranu dla każdego trybu w Twoim urządzeniu Thermomix® TM7.

Ważne: efekt finalny (szerokość wstążek) zależy od ostrza umieszczonego w obudowie mechanizmu krojącego, a nie od wybranego ustawienia trybu.

Składnik, który chcesz spiralizować, przymocuj do popychacza spiralizera (bez osłonki). Włóż go do podajnika i naciśnij przycisk „Start”. Delikatnie dociśnij popychacz, a następnie zatrzymaj ustawiony tryb po zakończeniu spiralizowania. W przeciwnym wypadku urządzenie zatrzyma się samo po upływie 30 sekund.



Pamiętaj, aby otwierać pokrywę i sprawdzać zawartość pojemnika oraz opróżniać go w razie potrzeby przed kontynuowaniem spiralizowania. Po jego zakończeniu sprawdź, czy na popychaczu nadal przymocowana jest resztką spiralizowanego składnika. Jeśli nie, ostrożnie usuń pozostałości z ostrza, zanim przejdziesz dalej. W ten sposób unikniesz blokady ostrza i niezadowalających efektów.



Jeśli składniki są grubsze niż ostrze spiralizera, dopasuj ich grubość za pomocą obieraczki, aby uniknąć zablokowania ostrza. Użyj popychacza, aby przymocować przycięte kawałki, a następnie włóż je do podajnika. Delikatnie popchnij składniki do podajnika podczas pracy silnika, aby uzyskać jednolite kształty.

Aby uzyskać najlepsze efekty pracy z nakładką krojącą Thermomix® 2.0 ze spiralizерem, zawsze postępuj według instrukcji w trybie gotowania z ustawieniami, w przepisach dostępnych na Cookidoo®.

Wskazówki dotyczące korzystania ze spiralizera

Chcesz spróbować nowych pomysłów na potrawy o niskiej zawartości węglowodanów, które wyglądają jak makaron, a jednocześnie mają fantastyczną konsystencję al dente? A może przygotujesz spaghetti z cukinii lub batatów, zastępując nim tradycyjny makaron? Odkrywaj nowe warzywne smaki o spiralnym kształcie.

Świeży
i smaczny
sposób na
spożywanie
warzyw



Warto wiedzieć

Przygotowywanie składników

- **Przed spiralizowaniem** należy odpowiednio przygotować składniki: w razie potrzeby obierz je ze skórki oraz pamiętaj o dokładnym umyciu warzyw i owoców. Jeśli to możliwe, nie wybieraj ich, ponieważ skórka zawiera ważne składniki odżywcze i witaminy.
- **Końcówki owoców i warzyw** powinny być jak najbardziej płaskie. W przeciwnym wypadku, może być trudniej przymocować je do popychacza, co z kolei może spowodować przesunięcie warzywa lub owocu i pokrojenie go w półksiężyc lub spirale o nieregularnym kształcie. W razie potrzeby należy odkroić kawałek, aby spłaszczyć końcówkę.
- **Aby uzyskać idealne, przypominające makaron spiralne wstążki z warzyw**, średnica powierzchni składnika przymocowanego do popychacza spiralizera powinna wynosić przynajmniej 3 cm, ale nie więcej niż 5 cm. Aby uzyskać wstążki zamiast krótkich, zakrzywionych kawałków, składnik powinien być możliwie prosty i ułożony na środku ostrza. Większe składniki, takie jak dynia piżmowa, wymagają przycięcia do okrągłego kształtu, tak aby mogły zmieścić się w podajniku. Zachowaj jadalne ścinki do wykorzystania w innych potrawach.
- **Spiralizując duże warzywa**, możesz uzyskać bardzo długie wstążki, które będą trudne do serwowania. Można je pokroić, najlepiej przed gotowaniem, tak aby makaron warzywny był krótszy (warzywa o długości większej niż ok. 15 cm należy pokroić na kawałki nie dłuższe niż 10–11 cm).



Co można spiralizować?

- **Owoce i warzywa przeznaczone do spiralizowania** powinny być twarde i uprzednio należy usunąć z nich pestki, nasiona oraz gniazda nasienne. Miękkie owoce powinny być gęste i jędrne, a nie soczyste i miękkie.
- **Aby uzyskać najlepszy efekt i uniknąć zgniatania składników lub ich zablokowania na ostrzu**, kawałki warzyw i owoców powinny mieć długość przynajmniej 4 cm, ale nie więcej niż 10–11 cm. Pamiętaj o tym, robiąc zakupy i przygotowując składniki tak, aby odpowiednio je wybrać, a następnie pokroić.
- **Aby Twoje potrawy cieszyły oko**, wybieraj warzywa na podstawie konsystencji, koloru, smaku oraz, w miarę możliwości, wartości odżywczej. Niektóre z popularnych składników, które można spiralizować to: cukinia, batat, ziemniak, dynia piżmowa, ogórek, pasternak, marchewka, burak, jabłko i gruszka.

Wskazówki ogólne

- **Aby uniknąć zablokowania ostrza resztkami składników**, po zakończeniu krojenia upewnij się, że składnik nadal jest przymocowany do popychacza. Jeśli nie, ostrożnie usuń resztki z ostrza, zanim przejdziesz dalej.
- **Planuj z wyprzedzeniem** i gotowe wstążki warzywne przechowuj w lodówce lub zamrażarce do późniejszego wykorzystania. Umieść je w szczelnym opakowaniu szklanym lub plastikowym z wilgotnym ręcznikiem papierowym, a następnie zamknij. Warzywa pokrojone w spirale można przechowywać w lodówce nawet do 48 godzin, choć mogą stwardnieć i stracić smak. Warzywa z dużą zawartością wody mogą być przechowywane nie dłużej niż 2 dni. Jabłka i gruszki są trudne do przechowywania, ponieważ utleniają się i zmieniają kolor po pokrojeniu. Ziemniaki pokrojone w spirale można przechowywać pod przykryciem, w zimnej wodzie i w szczelnym pojemniku do 48 godzin.
- **Niektóre warzywa można również spiralizować po obgotowaniu (w tym również na parze)**, dotyczy to na przykład selera czy marchewki. W takim przypadku zalecane jest spiralizowanie manualne za pomocą ostrza 1 (grube wstążki), z ustawieniem obrotów 2. Czas gotowania zależy od dojrzałości warzywa. Najlepsze efekty osiąga się jednak ze składnikami surowymi.
- Przy spiralizowaniu owoców lub warzyw, w zależności od rodzaju, mogą pozostać **ścinki o nietypowych kształtach** – nie wyrzucaj ich. Możesz podać je z ulubionym dipem lub pokroić w kostkę i dodać do zup, makaronów, potraw z ryżem, sałatek, omletów, muffinów czy koktajli. Możesz też wykorzystać je przy przygotowywaniu

przecierów dla niemowląt. Przechowuj je do 4 dni w lodówce, w szczelnym pojemniku. Resztki jabłek lub gruszek możesz pokroić w kostkę i dodać do kompotu. Pozostałości spiralizowanych ogórków pokrój w kostkę i umieść w zamrażarce w naczyniu do kostek lodu, aby następnie dodać je do szklanki wody. Możesz też spróbować podać je dzieciom. Jest duża szansa, że spodobać im się ciekawe, nietypowe kształty. Możesz też od razu wykorzystać resztki: włóż je do naczynia miksującego, rozdrobnij **3 s/obr. 5**, a następnie dodaj do przygotowywanej potrawy.

- **Jeśli spiralizujesz składniki podatne na utlenianie**, np. jabłka, plantany i gruszki, zrób to zaraz przed bezpośrednim użyciem w przepisie. W razie potrzeby skrop je sokiem z cytryny.



Gotuj
smacznie dla
całej rodziny

Unikaj wodnistych sosów

- **Składniki takie jak ogórki, składają się przede wszystkim z wody**, która może wypłynąć, jeśli zostaną przygotowane zbyt wcześnie przed podaniem. Oto kilka wskazówek, jak tego uniknąć:
 - Po pokrojeniu w spiralne wstążki osusz warzywa suchym ręcznikiem papierowym lub czystą ściereczką kuchenną.
 - Zredukuj sos, zanim dodasz do niego spiralizowane warzywa.
 - W miarę możliwości dodaj do potrawy składniki, które wchłoną nadmiar płynu, np. gotowaną fasolę, bułkę tartą.
 - Makaron warzywny ugotuj oddzielnie i dobrze odsącz, zanim połączysz go z sosem.
- Zamiast serwować całą zawartość naczynia miksującego, wyjmij ugotowane wstążki warzyw lub owoców za pomocą szczypiec kuchennych, co pozwoli na odsączenie ich z nadmiaru płynu.
- W przypadku makaronu warzywnego wybieraj krótki czas gotowania na parze, z kolei wstążki z ziemniaków można z powodzeniem smażyć. Inne warzywa najlepiej jest krótko podsmażyć na dużym ogniu, aby ich nie przypalić. Unikaj zanurzania ich w wodzie podczas gotowania, aby się nie rozgotowały.

Spiralizowanie – instrukcja

Za pomocą z nakładki krojącej Thermomix® 2.0 ze spiralizerem możesz szybko i łatwo pokroić różne owoce i warzywa w spiralne wstążki (cienkie lub grube). W zależności od miejsca, w którym się znajdujesz, możesz mieć dostęp do innych odmian owoców i warzyw, niedostępnych w innych regionach świata. W razie wątpliwości na temat konkretnego składnika skorzystaj z poniższych tabel, aby ustalić, czy nadaje się do spiralizowania.

NAJLEPSZE WARZYWA DO SPIRALIZOWANIA

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Batat	Można zostawić skórkę (dokładnie umytą) lub obrać. Końcówki przycięte. W razie potrzeby docięty do odpowiedniego rozmiaru, aby zmieścił się w podajniku.	Cienkie lub grube wstążki	W zależności od jędrności, spiralizowanie w grube wstążki może sprawić, że batat rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale.
Biała rzodkiew	Twarda, przycięte końcówki, nieobrana, dokładnie umyta. W razie potrzeby docięta do odpowiedniego rozmiaru, aby zmieściła się w podajniku.	Cienkie lub grube wstążki	W zależności od jędrności, spiralizowanie w grube wstążki może sprawić, że biała rzodkiew rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale.
Brukiew	Obrana, przycięte końcówki. W razie potrzeby docięta do odpowiedniego rozmiaru, aby zmieściła się w podajniku.	Grube wstążki	Jest to twarde, ale soczyste warzywo, dlatego też ostrze 2 (do spiralizowania w cienkie wstążki) nie nadaje się do jego krojenia.
Burak	Obrany, przycięte końcówki. Docięty do okrągłego kształtu pasującego do podajnika.	Cienkie lub grube wstążki	Wybieraj małe lub średnie buraki. (patrz ilustracja na str. 52).
Cukinia	Końcówki przycięte, cukinia pokrojona na kawałki nie dłuższe niż popychacz. W razie potrzeby docięta do okrągłego kształtu pasującego do podajnika.	Cienkie lub grube wstążki	Aby uniknąć powstawania krótkich, zakręconych pasków i uzyskać długie spirale, nie należy przekrawać cukinii wzdłuż na pół, ale pokroić ją na kawałki nie dłuższe niż popychacz. Lepsze będą węższe cukinie, aby nie generować nadmiaru resztek (patrz ilustracja na str. 51).
Dynia	Obrana i pokrojona na kawałki, bez włóknistego środka i gniazd nasiennych. Aby osiągnąć najlepsze efekty, zaleca się wybranie dyni o jak najbardziej regularnym kształcie.	Cienkie lub grube wstążki	Aby uzyskać wstążki o regularnym kształcie, pamiętaj o przycięciu dyni do okrągłego kształtu dopasowanego do podajnika.

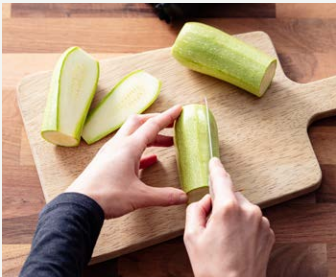
Cukinia



Używając ostrego noża, dotnij cukinie do okrągłego kształtu, aby zmieściły się w podajniku.



Odetnij oba końce cukinii, tak aby końcówki miały możliwie płaską powierzchnię.



Pokrój cukinie na kawałki nie dłuższe niż popychacz.

Marchewka



Używaj marchewek o średnicy 5 cm, tak aby pasowały do podajnika.



Nie wyrzucaj resztek. Pokrój je w kostkę i dodawaj do zup, makaronów, potraw z ryżem czy sałatek. Możesz też wykorzystać je przy przygotowywaniu przecierów dla niemowląt.

Burak

Aby uniknąć krojenia buraków w półksiężycy i uzyskać więcej wstążek, wybieraj małe lub średnie buraki. Z małych buraków otrzymasz krótsze wstążki. Dotyczy to obu ostrzy (do cienkich i grubych wstążek).



Łodyga brokuła

Wybieraj łodygi o średniej miękkości. W razie potrzeby użyj obieraczki do warzyw, aby usunąć łuskowatą skórkę.



Ogórek



Wstążki o długości 10 cm mogą być nieco trudniejsze do podawania i dzielenia na porcje. Po spiralizowaniu potnij makaron nożyczkami, zanim dodasz inne składniki. Możesz pokroić wstążki na krótsze odcinki lub po prostu grubo pokroić. Bez względu na wybrany sposób uzyskasz wstążki o regularnym kształcie, które łatwiej można podzielić na porcje i zjeść.



Ogórki składają się w ponad 95% z wody. Pamiętaj, aby osuszyć je za pomocą ręcznika papierowego. Umieść wstążki na dwóch warstwach ręcznika papierowego, przykryj kolejnymi dwoma warstwami i delikatnie dociśnij, aby usunąć wilgoć. Być może konieczne będzie dwukrotne powtórzenie całej procedury.

NAJLEPSZE WARZYWA DO SPIRALIZOWANIA

(ciąg dalszy)

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Dynia piżmowa	Obrana, przycięte końcówki, docięta do okrągłego kształtu pasującego do podajnika.	Cienkie lub grube wstążki	Jeśli nie zostanie docięta do okrągłego kształtu, powstaną prostokątne spirale zamiast długich wstążek.
Kalarepa	Obrana, przycięte końcówki, docięta do okrągłego kształtu pasującego do podajnika.	Cienkie wstążki	Należy usunąć zwłókniałe części, aby nie zaplątały się w ostrze.
Łodyga brokuła	Obrana, aby wyrównać powierzchnię, bez zwłókniałych części.	Cienkie lub grube wstążki	Najlepsze efekty przy użyciu ostrza 1. Pyszna na surowo jako dodatek do sałatek (patrz ilustracja na str. 52).
Marchewka	Duża, twarda, jednorodna. Obrana, przycięte końcówki. Pokrojona na kawałki nie dłuższe niż popychacz, o odpowiedniej średnicy, tak aby marchewka zmieściła się w podajniku (ø 5 cm). Jeśli marchew będzie mniejsza, wstążki mogą być trudne do uzyskania.	Cienkie lub grube wstążki	W zależności od jędrności, spiralizowanie w grube wstążki może sprawić, że marchewka rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale (patrz ilustracja na str. 51).
Ogórek	Twardy, nieobrany, przycięte końcówki. W całości, jeśli zmieści się w podajniku. Przekrojony na pół, jeśli jest zbyt duży, usunięte pestki. Osuszony w celu usunięcia nadmiaru wilgoci. Aby osiągnąć najlepsze efekty, w przypadku ogórka przekrojonego na pół zalecane jest krojenie w cienkie wstążki.	Cienkie lub grube wstążki	Wybieraj młode, twarde ogórki, aby uniknąć wodnistego środka.
Pietruszka (korzeń) lub pasternak	Warzywo duże, twarde, obrane, przycięte końcówki. W razie potrzeby docięte do odpowiedniego rozmiaru, aby zmieściło się w podajniku.	Cienkie lub grube wstążki	W zależności od jędrności, spiralizowanie w grube wstążki może sprawić, że warzywo rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale.
Seler korzeniowy	Obrany, przycięte końcówki. W razie potrzeby docięty do okrągłego kształtu pasującego do podajnika.	Cienkie wstążki	W zależności od jędrności, spiralizowanie w grube wstążki może sprawić, że seler rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale.
Ziemniak	Odmiana twarda. Można zostawić skórkę (dokładnie umytą) lub obrać. Końcówki przycięte. W razie potrzeby docięte do odpowiedniego rozmiaru, aby ziemniak zmieścił się w podajniku.	Cienkie lub grube wstążki	Aby uniknąć powstawania krótkich, kręconych pasków i uzyskać długie spirale, nie należy kroić ziemniaków na pół, ale dociąć tak, aby były okrągłe i dopasowane do szerokości ostrza. W miarę możliwości wybieraj starsze ziemniaki.

NAJLEPSZE OWOCE DO SPIRALIZOWANIA

Składnik	Opis	Rodzaj krojenia	Wskazówki
Jabłka	Nieobrane, dokładnie umyte, ogonek usunięty. Końcówki przycięte. W razie potrzeby docięte do odpowiedniego rozmiaru, aby zmieściły się w podajniku.	Cienkie lub grube wstążki	Wybieraj twarde i mniej soczyste odmiany jabłek (np. Honeycrisp, Braeburn lub Granny Smith). Nie przekrawaj jabłek na pół. (patrz ilustracja na str. 55).
Gruszki	Bardzo twarde (mniej soczysta odmiana), nieobrane, ogonek usunięty. Końcówki przycięte, owoce w całości, przekrojone na pół lub pokrojone na 3 kawałki (w zależności od twardości). W razie potrzeby docięte do odpowiedniego rozmiaru, aby zmieściły się w podajniku.	Cienkie wstążki	W zależności od jędrności, spiralizowanie w grube wstążki może sprawić, że gruszka rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale (patrz ilustracja na str. 55).
Plantan	Obrany, przycięte końcówki, bez zwłókniałych elementów.	Cienkie wstążki	(patrz ilustracja na str. 55)

Plantan



Ze względu na włóknistą strukturę krojenie w grube wstążki może sprawić, że plantan rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale. Spróbuj pokroić plantan na kawałki o długości przynajmniej 4 cm, aby uzyskać lepszy efekt.



Aby plantan nie ściemniał, pokrój go na kawałki, umieść w woreczku strunowym, dodaj sok z cytryny i szczelnie zamknij. Delikatnie wymieszaj składniki, tak aby pokryły się sokiem z cytryny, i w miarę możliwości szybko zużyj.



Jabłka
W zależności od jędrności jabłka krojenie w grube wstążki może sprawić, że rozpadnie się na kawałki, zamiast tworzyć spirale.

Demontaż i czyszczenie tarczy tnącej lub ostrzy spiralizera

Demontaż nakładki krojącej i tarczy krojącej

Po zakończeniu tarcia lub krojenia pozycja popychacza nakładki zostanie zablokowana. Dzięki temu pozostanie on we właściwym miejscu po zdjęciu pokryw.

W celu łatwiejszej obsługi po uniesieniu pokryw tarcza pozostaje w jej wnętrzu, co umożliwia łatwe usunięcie składników zgromadzonych w pojemniku nakładki.

Wystarczy w dogodnym momencie wyjąć pojemnik i **trzępień**. Naczynie miksujące pozostaje czyste i gotowe do użycia.

Tarcza tnąca nakładki krojącej i ostrza spiralizera są bardzo ostre. Przechowywać z dala od dzieci



Aby wyjąć tarczę tnącą, należy zdjąć pokrywę razem z popychaczem. Tarczę tnącą należy wyjmować, trzymając ją za środek.

Demontaż podstawy spiralizera



1 Aby zdemonstrować spiralizer, zdejmij pokrywę i popychacz. Spiralizer nadal pozostaje przymocowany do pokryw. Ostrożnie wyciągnij spiralizer, delikatnie go przekracając.



2 Aby zdemonstrować obudowę mechanizmu krojącego, popchnij kciukiem mały, wystający cylinder na zewnątrz. Otwórz obudowę mechanizmu krojącego, naciskając oba zaczepy na górnej części obudowy, aby odblokować górną część od dolnej. Wyjmij ostrze.

Czyszczenie nakładki krojącej i ostrzy spiralizera

Zawsze trzymaj tarczę tnącą za środkowy element z plastiku, a ostrza spiralizera chwytaj po bokach, tak aby uniknąć kontaktu z ich ostrymi krawędziami. Elementy nakładki krojącej Thermomix® 2.0 wystarczy opłukać pod bieżącą wodą i wyczyścić za pomocą szczotki do zmywania. Zalecamy demontaż spiralizera przed myciem.

Gdy potrzebne będzie dokładniejsze mycie, na przykład po krojeniu lub tarcia sera, użyj płynu do mycia naczyń.

Nakładkę krojącą Thermomix® 2.0 ze spiralizem można myć w zmywarce. Rozłóż wszystkie elementy i umieść je najlepiej w górnym koszu zmywarki. Tarczę tnącą i ostrza spiralizera można co prawda myć w zmywarce, jednak aby wydłużyć trwałość i zachować jakość tarczy i ostrzy, zalecamy mycie ręczne. Należy unikać namaczania tarczy tnącej i ostrzy spiralizera, aby zapobiec utlenianiu metalu.

Niektóre składniki bogate w beta-karoten, takie jak marchewka, mogą powodować silne przebarwienia stalowych elementów nakładki krojącej. Aby skutecznie usunąć te przebarwienia bez uszkodzenia tarczy, przetrzyj przebarwione elementy wacikiem kosmetycznym lub ręcznikiem papierowym zwilżonym olejem roślinnym, potem normalnie umyj je wodą z płynem do mycia naczyń. Podczas tej czynności pamiętaj o trzymaniu tarczy za plastikowy środek. Nie używaj wybielaczy do czyszczenia jakichkolwiek elementów nakładki krojącej.

Przepisy, które inspirowa- ją na co dzień

Z pomocą nakładki krojącej
Thermomix® 2.0 ze spiralizerem
można kroić, trzeć lub spiralizować
różnorodne składniki

Nakładka krojąca Thermomix® 2.0 ze spiralizerem umożliwia krojenie warzyw i owoców w cienkie i grube plastry, a także tarcie warzyw korzeniowych, owoców czy twardych serów (np. parmezanu), dzięki czemu szybko, łatwo i precyzyjnie sporządzisz własne dodatki do pizzy, talerze owoców, zapiekanki i wiele innych potraw. Za pomocą spiralizera przygotujesz także makaron z cukinii lub marchewki oraz pokroisz inne warzywa i niektóre owoce w spiralne wstążki. Oto wskazówki, które zagwarantują Ci udane korzystanie z nakładki krojącej Thermomix® 2.0

Wykorzystaj pełne możliwości tego
dodatkowego akcesorium, aby przekształcić
proste, codzienne dania w wykwintne potrawy



Krojenie



Tarcie



Spiralizowanie





Carpaccio z gruszki z serem pleśniowym i orzecham

Pokrój gruszki i sałatę za pomocą nakładki krojącej Thermomix® i zaimponuj przyjaciołom, serwując im tę pyszną i pożywną sałatkę. Gruszka i ser pleśniowy to popularne, klasyczne zestawienie smaków, które możesz podawać jako przystawkę lub lekki lunch.



Carpaccio z buraków z cukinią

Carpaccio to sposób krojenia produktów na cienkie plasterki w celu wydobycia z nich pełni smaku. W tym przypadku cienkie plastry buraków posypujemy startą cukinią i dekorujemy mozzarellą, aby uzyskać zaskakującą, a przy tym łatwą w przygotowaniu potrawę.



Zaręcone frytki z sosem czosnkowym

Delektuj się niezwykle chrupiącymi frytkami o idealnie spiralnym kształcie, doskonale przyprawionymi i usmażonymi na złocistobrązowy kolor. Bez względu na to, co lubisz bardziej: chrupanie, czy sos czosnkowy, te spiralne frytki będą prawdziwą uczcią dla Twoich kubków smakowych.



Rösti

To pyszne danie z łatwością przygotujesz za pomocą nakładki krojącej Thermomix®. Bez wysiłku zetrzyj ziemniaki w kilka minut i przygotuj ten sycący dodatek, który idealnie nadaje się na przyjęcie w formie bufetu, kolację lub brunch.



Surówka z tartej marchewki z chrzanem

Dodaj daniom głównym i surówkom koloru oraz smaku, wzbogacając je o idealnie startą marchewkę. Skrop ulubionym dressingiem – smacznego!



Marynowane spiralizowane marchewki

Przygotuj marynowaną marchewkę w domu, naturalnie i bez sztucznych konserwantów. Proponujemy bardziej kreatywną alternatywę dla tradycyjnych plasterków w postaci marchewki pokrojonej w spiralne wstążki. Podawaj ją jako przekąskę lub smaczny dodatek do dań mięsnych, kanapek czy sałatek.



Coleslaw z tartych i krojonych warzyw

Ułatwiając Ci życie w kuchni, nakładka krojąca kroi i trze składniki tej klasycznej surówki. W ciągu zaledwie kilku minut przygotujesz wszystkie warzywa – to zaledwie ułamek czasu, który zajęłoby to przy pracy ręcznej.



Miska Buddy z szarpanym kurczakiem

Przygotuj własną miskę Buddy w mgnieniu oka, wykorzystując ulubione składniki. Jest to potrawa na bazie ryżu i szarpanego kurczaka, z dodatkiem awokado, pomidora i ogórka, idealnie pokrojonych za pomocą nakładki krojącej. Całość podawana z sosem jogurtowym z kolendrą tworzy idealny posiłek.



Gratin z ziemniaków

Nie musisz tracić czasu na krojenie ziemniaków do swoich przepisów! Mając nakładkę krojącą, musisz jedynie wybrać grubość plastrów i... gotowe! Teraz z jeszcze większą łatwością przygotujesz klasyczną zapiekaną ziemniaczaną! To idealny wybór, jeśli chcesz poprawić sobie nastrój pysznym dodatkiem.



Tarta ratatouille

Od samego patrzenia na nią cieknie ślinka. Na tym polega magia nakładki krojącej: wszystko wygląda jeszcze bardziej apetycznie! Cienko pokrojone warzywa w różnych kolorach są ułożone naprzemiennie na kruchym, maślanym spodzie. Z tą tartą z pewnością zrobisz wrażenie na swoich gościach.



Gniazdko ze spiralizowanych warzyw z duszonymi pieczarkami

Ten zdrowy i kreatywny przepis wykorzystuje makaron warzywny jako kolorowe „gniazdko” dla pysznego i pożywnego jajka z dodatkiem duszonych pieczarek. Idealne danie na niedzielny brunch i niezwykle szybkie w przygotowaniu przy użyciu spiralizera.



Kurczak w cytrynowym sosie z tagliatelle z cukinii

Ten przepis pozwala skosztować cukinii w innym wydaniu – w postaci makaronu. Dzięki spiralizerowi w bardzo prosty sposób przekształcisz zwykłe warzywo w kreatywne i apetyczne danie. Makaron z cukinii to idealna w codziennej kuchni alternatywa dla tradycyjnego makaronu.



Spiralizowane gruszki na kremie czekoladowym

Ten wyjątkowy i przepyszny deser jest pozytywnie zakręcony – dosłownie! Za pomocą spiralizera świeże, soczyste gruszki przekształcają się w delikatne wstążki, dodając deserowi elegancji. Umieszczone na aksamitnym czekoladowym kremie, gruszkowe wstążki tworzą idealne połączenie owocowej słodczy i wyrazistego smaku kakao.



Talerz krojonych owoców z cytrynowo-miodowym dressingiem

Świeże, pełne smaku i gotowe w niecałe 15 minut owocowe danie idealnie nadaje się na upalne dni, piknik na plaży lub przekąskę po powrocie do domu ze szkoły. Możesz użyć swoich ulubionych owoców, aby przygotować idealny talerz dla siebie i swojej rodziny.



Tarta z jabłkami

Klasyczną tartę z jabłkami przygotujesz jeszcze szybciej, powierzając zadanie krojenia jabłek w plastry nakładce krojącej. Wystarczy ułożyć jabłka na cieście tak, jak podpowiada Ci wyobraźnia. Kawałek pysznego ciasta podawaj do herbaty w chłodne, zimowe popołudnia lub z lodami w wiosenne dni.



Waniliowe ciasto ze spiralizowanymi jabłkami

Kreatywność i smak to bezsporne atuty tego przepisu. To wspaniały, wielowarstwowy deser, który bez wątpienia zrobi wrażenie na Twoich gościach. Doskonale nadaje się do prezentowania pokrojonych w spiralne wstążki jabłek i z pewnością stanie się jednym z ulubionych deserów w Twojej rodzinie.

Fotografia kulinarna i stylizacja

Antonio Forjaz Nascimento, Portugalia,
str. 7 (na górze po lewej stronie), 22, 60, 61,
61, 66, 67, 68, 69, 72, 73

Diana Moschitz, Vorwerk International,
str. 7 (na dole po prawej stronie), 10, 23, 34
(2 zdjęcia na dole strony), 46, 49, 62, 64, 70,
71, 74

iStock, str. 11 (oddzielone warzywa)

Premier Picture, Portugalia, str. 21, 59

Ana Teixeira (Fotograf), **Amede Vicet**
(Stylista) i **Lucie Herrmann** (Modelka dłoni),
Francja, str. 10, 11, 12, 36, 40, 41, 47, 48, 49

Ana Teixeira (Fotograf) i **Lucie Herrmann**
(Stylista), Francja, str. 6, 14, 15, 16, 17, 28, 29,
33, 34, 35, 42, 43, 51, 52, 55, 56, 57

Fotografia lifestylowa i stylizacja

Ogilvy, Agencja Kreatywna

Andreas Reimann, Fotograf, Hamburg, Niemcy

Thorsten Hülsmann, Stylista i szef kuchni,
Düsseldorf, Niemcy (Okładki ze zdjęć
lifestylowych, str. 2, 4, 19, 45, 59)

Inne ilustracje

Vorwerk Design, Vorwerk Elektrowerke

GmbH & Co. KG, Wuppertal, Niemcy, str. 8, 9,
18, 38, 39, 44



Znak słowny Bluetooth® oraz znaki graficzne
(logo) są zastrzeżonymi znakami towarowymi
i własnością Bluetooth SIG, Inc. Te znaki słowne
i graficzne wykorzystane zostały przez Vorwerk
Elektrowerke GmbH & Co. KG na licencji.

