

TARTÓSAN ŐRIZZE MEG AZ ÍZEKET ÉS AZ ÉLVEZETET!

Receptfüzet



PowerXL™
Duo NutriSealer



AS SEEN ON
TV
ORIGINAL

Tartalomjegyzék

| | | | |
|----------------------------------|---|---|----|
| Rövid útmutató | 4 | Villámgyorsan elkészíthető páclevek | 8 |
| Egészséges rágcsálnivalók | 6 | Eric's Everything páclé | 9 |
| Mogyoróvaj és alma | 7 | Csirkehús fűszeres pácban | 10 |
| Humusz és sárgarépa | 7 | Kapros mogyoróhagymával pácolt lazac | 13 |
| Sajt és keksz | 7 | | |
| | | Balzsamecetes öntet | 14 |
| | | Tanyasi öntet | 15 |



Pour des raisons de protection de l'environnement, vous trouverez les recettes en ligne, à télécharger sous le lien



Per ragioni di tutela ambientale, potrete scaricare direttamente online la ricetta all'indirizzo



Uit milieuoverwegingen vindt u de recepten online, vanwaar ze kunnen worden gedownload



Természetvédelmi okokból a recepteket az alábbi linken tudja letölteni



Z důvodu ochrany životního prostředí naleznete recepty online ke stažení na adrese

<https://www.mediashop.tv/p/powerxl-duo-nutrisealer>



Csirkehús nyárson 16

Marhahús nyárson 17

Szuvidált T-bone steak 18

Grillezett bárányszelet 19

Egy tál vörös curry csirkecombbal 20

Csirke burrito bowl 22

Chilis bab 23

Marhapörkölt 24

Fagyasztott epres-
görögdinnyés pop 26

Fagyasztott narancskrémés pop 28

Fagyasztott áfonyás-kiwis pop 29

Fagyasztott mangós pop 30

TUDNIVALÓ:

1 csésze kb. 240 ml űrtartalmú csészének felel meg!
1 TK = 1 teáskanál, 1 EK = 1 evőkanál.



Z dôvodu ochrany životného prostredia sú recepty online a môžete si ich stiahnuť na



Dun motive de protecție a mediului, rețetele le puteți descărca de pe internet de la adresa



Ponieważ dobro środowiska bardzo leży nam na sercu zdecydowaliśmy, że fantastyczne, smakowite przepisy udostępnimy Państwu online pod adresem



Estamos muy comprometidos con el medio ambiente y por eso hemos decidido ponerle a disposición nuestras sabrosas recetas para descargar en

<https://www.mediashop.tv/p/powerxl-duo-nutrisealer>

Rövid útmutató

Használat előtt és a részletesebb információkért és biztonsági utasításokért kérjük, olvassa el figyelmesen a mellékelt utasítást.

LÉPÉS 1



Zacskó méretre vágása

Helyezze a készüléket vízszintes felületre. Nyomja meg a kioldógombot, nyissa ki a zárókart, és helyezze be a zacskót. Helyezze a zsákot az igazítási segédeszközök középerére, és nyomja le a zárókart, amíg az kétszer hallhatóan be nem kattán. Most végezze el a **pengét balról jobbra egy folyamatos mozdulattal**, hogy levágja a fóliát.

LÉPÉS 2



Zacskó egyik végének lezárása (zacskó feneké)

Csatlakoztassa a készüléket a hálózati aljzathoz - a kezelőpanelen világít a Power jelzőfény. Nyomja meg a kioldógombot a zárókar kinyitására. Helyezze a fóliát az egyik nyitott végével előre a készülékbe, és igazítsa a fóliát az igazítási segédeszköz és a vezetősín középpontjához. Nyomja le a tömítőkart, amíg kétszer hallhatóan be nem kattán. Nyomja meg a lezáró gombot (középső gomb); a gomb melletti lámpa kigyullad és kialszik, amint a lezárás befejeződött.

LÉPÉS 3



Zacskó feltöltése

Nyomja meg a kioldógombot a készülék kinyitásához és a zacskó eltávolításához. Töltse meg a zacskót az ételiszterrel úgy, hogy legalább 7 cm szabad helyet hagyjon. Tegye vissza a zacskót a készülékbe, és igazítsa azt az igazítási segédeszközkhöz és a vezetősinhez. Nyomja le a tömítőkart, amíg kétszer hallhatóan be nem kattann.

LÉPÉS 4



Porszívózás és lezárás

Nyomja meg a vákuumolás és tömítés gombot (bal oldali gomb) - a gomb alatti lámpa kigyullad. Amikor a zacskó ki van vákuumolva és le van zárva, a lámpa kialszik.

Megjegyzés: A lezárás és a vákuumolás nem alkalmas nagy mennyiségű folyadékot tartalmazó ételiszterekhez, kérjük, csak ezeket csak lezárja.

LÉPÉS 5



Vegye ki a lezárt zacskót

Nyomja meg a kioldógombot a készülék kinyitásához és a zacskó eltávolításához.

Megjegyzés: Vegye ki az összes alkatrészt a csomagolásból. Használat előtt távolítsa el az összes szintelen és kék védőfóliát, majd öblítse ki és szárítsa meg kézzel a zacskót.

Egészséges rágcsálnivalók

utazáshoz



MOGYORÓVAJ ÉS ALMA

3 adag

HOZZÁVALÓK

6 TK mogyoróvaj
1 db alma, vékony szeletekre vágva

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon le egy zacskót a vákuumcsomagoló fólia tekercséből. Zárja le a zacskót függőlegesen úgy, hogy két rekesz legyen, az egyik nagyobb, mint a másik. Zárja le a rekeszek egyik oldalát vízszintesen. Ismétlje meg a folyamatot, hogy összesen három snack-csomagot készítsen.
2. Tegyen 2 TK mogyoróvaját a kisebb rekeszbe, az alma harmadát pedig tegye a nagyobb rekeszbe. Ismétlje meg a folyamatot, hogy mindhárom uzsonnás csomagja meg legyen töltve.
3. Zárja le és tárolja későbbi felhasználásra.

HUMUSZ ÉS SÁRGARÉPA

4 adag

HOZZÁVALÓK

½ csésze humusz
24 sárgaréparúd

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon le egy körülbelül 15 cm hosszú zacskót a vákuumzacskó tekercséből. Zárja le a zacskót függőlegesen két rekeszre, az egyik nagyobb, mint a másik. Zárja le a rekeszek egyik oldalát vízszintesen. Ismétlje meg a folyamatot, hogy összesen négy snack-csomagot készítsen.
2. Tegyen 2 EK humuszt a kisebb rekeszbe és 4 sárgaréparudat a nagyobb rekeszbe. Ismétlje meg a folyamatot, hogy mind a négy uzsonnás csomagja meg legyen töltve.
3. Zárja le és tárolja későbbi felhasználásra.

SAJT ÉS KEKSZ

4 adag

HOZZÁVALÓK

kb. 17 dkg sajt,
négy darabra felvágva
8 db keksz

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon le egy kb. 15 cm hosszú zacskót a vákuumzacskó tekercséből. Zárja le a zacskót függőlegesen úgy, hogy két rekesz legyen, az egyik nagyobb, mint a másik. Zárja le a rekeszek egyik oldalát vízszintesen. Ismétlje meg a folyamatot, hogy összesen négy snack-csomagot készítsen.
2. Helyezzen 1 db sajtot a kisebb rekeszbe, és tegyen 2 kekszet a nagyobb rekeszbe. Ismétlje meg a folyamatot, hogy mind a négy uzsonnás csomagja meg legyen töltve.
3. Zárja le és fagyassza le, vagy tegye hűtőbe 2-4 órára és használja fel később.

Villámgyorsan elkészíthető páclevek

hogy az ételek ízletesek legyenek



ERIC'S EVERYTHING PÁCLÉ

körülbelül 1 ½ csésze

HOZZÁVALÓK

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ¼ csésze olívaolaj | 1 TK őrölt kömény |
| ½ csésze rizsecet | 1 TK paprikapor |
| ¼ csésze a kedvenc lekvárijából (szőlő, földieper, áfonya, narancs) | 1 TK vöröshagymapor só ízesítéshez |
| ¼ csésze szójaszós | őrölt feketebors ízesítéshez |
| ¼ csésze Worcestershire-szós | |
| 1 EK sűrített paradicsom | |
| 1 TK dijoni mustár | |

ÚTMUTATÓ

1. Egy mixerben addig pürésítsen minden hozzávalót, míg jól el nem keverednek egymással.
2. Vágjon le egy zacskót a vákuumsomagoló fóliatekercsből, és zárja le az egyik végét. Egy tölcsér vagy mérőpohár segítségével öntse a pácot a zacskóba.
3. Zárja le a zacskót, és tárolja a hűtőben vagy a fagyasztóban későbbi felhasználásra.

ERIC'S TIPP: Ez a pác minden hús- és halételhez alkalmas, beleértve a sertés szűzpecsenyét, csirkemellet, kicsontozott csirkecombot, steakeket, sertésszeleteket és lazacot is.

CSIRKEHÚS FŰSZERES PÁCBAN

4 adag

HOZZÁVALÓK

4 csirkemell, csont nélkül,
konyhakész állapotban

fűszeres páclé

3 EK vörösborecet

1 EK méz

1 TK só

½ TK darált hús

feketebors

1 TK friss kakukkfűlevél

2 TK friss rozmaryn, felaprítva

2 EK petrezselyemzöld,
felaprítva

1 újhagyma, apróra vágva

¼ csésze olívaolaj

ÚTMUTATÓ

1. Keverje össze a fűszeres pác összes összetevőjét egy tálban.
2. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
3. Helyezze a csirkemelleket a zacskóba, és öntse rájuk a fűszeres páclevet.
4. A zacskót vákuumosan zárja le.
5. A vákuumosan lezárt csirke grillezés előtt 2-4 óráig hűtőben pácolható, vagy lefagyasztható későbbi felhasználás céljából.





KAPROS MOGYORÓHAGYMÁVAL PÁCOLT LAZAC

4 adag

HOZZÁVALÓK

| | |
|----------------------------------|---|
| 1 EK friss petrezselyem | 1 EK friss metélőhagyma |
| 1 ½ TK fokhagymapor | 1 csésze zsírmentes, görög natúrjoghurt |
| 1 ½ TK vöröshagymapor | ⅓ csésze író |
| ¼ teáskanál darálthús feketebors | 1 TK dijoni mustár |
| 1 TK só | 1 TK citromlé |

ÚTMUTATÓ

1. Keverje össze a kapos-mogyoróhagymás páclé összes összetevőjét egy tálban.
2. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
3. A lazacot tegye zárható zacskóba, a kapos-mogyoróhagymás páclét pedig öntse rá.
4. A zacskót vákuumosan zárja le.
5. A vákuumosan lezárt lazac grillezés előtt 2-4 óráig hűtőben pácolható, vagy lefagyasztható későbbi felhasználás céljából.

BALZSAMECETES ÖNTET

8 csomag

HOZZÁVALÓK

2 EK fehér balzsamecet

2 EK balzsamecet

½ TK só

¼ TK őrölt feketebors

¼ TK fokhagymapor

¼ TK vöröshagymapor

1 újhagyma, apróra vágva

¾ csésze extra szűz olívaolaj

ÚTMUTATÓ

1. Egy mixerben addig pürésítsen minden hozzávalót, míg el nem kevedernek egymással.
2. Vágjon le egy zacskót a vákuumzacskó tekercsből. Zárja le a zacskót függőlegesen többször, hogy négy egyenlő rekesz jöjjön létre. Zárja le a rekeszek egyik oldalát vízszintesen. Ismételje meg a folyamatot, hogy összesen nyolc rekeszt kapjon.
3. A hozzávalók egyenlő mértékben történő betöltéséhez használjon tölcsért vagy mérőpoharat (nagyjából 2 evőkanál rekeszenként).
4. Zárja le a zacskókat, és későbbi felhasználás céljából tegye őket fagyasztoába vagy hűtőszekrénybe.

TANYASI ÖNTET

8 csomag

HOZZÁVALÓK

| | |
|-------------------------|--|
| 1 EK friss petrezselyem | 1 EK friss metélőhagyma |
| 1 ½ TK fokhagymapor | 1 csésze zsírintes, görög natúrjoghurt |
| 1 ½ TK vöröshagymapor | ⅓ csésze író |
| ¼ TK őrölt feketebors | 1 TK dijoni mustár |
| 1 TK só | 1 TK citromlé |

ÚTMUTATÓ

1. Egy konyhai robotgépben addig pürésítsen minden hozzávalót, míg el nem kevedernek egymással.
2. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből. A zacskót több sorban függőlegesen úgy zárja le, hogy egyenlő méretű rekeszek jöjjenek létre. Zárja le vízszintesen a rekeszek egyik oldalát. Ismétlje meg a folyamatot, hogy összesen nyolc rekesze legyen.
3. A hozzávalók egyenlő mértékben történő töltéséhez használjon tölcsért vagy mérőpoharat (nagyjából 2 evőkanál rekeszenként).
4. Zárja le és későbbi felhasználásra tegye el a csomagokat.

CSIRKEHÚS NYÁRSON

4 adag

HOZZÁVALÓK

- 2 csirkemell, 6 darabra felvágva
- 2 cukkini, 6 darab, kb. 2,5 cm vastagságú szeletre felvágva
- 2 vöröshagyma, negyedbe vágva
- 8 koktélpáradicsom

Páclé

- ¼ csésze vörösborecet
- ½ TK vöröshagymapor
- ½ TK paprika
- ½ TK fokhagymapor
- ½ TK őrölt feketebors
- 1 TK só
- 1 EK méz
- ½ csésze olívaolaj



ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. A csirkét, a cukkinit, a hagymát és a paradicsomot váltakozva fűzze fel négy nyársra.
3. Keverje össze a fűszeres pác összes összetevőjét egy tálban. A nyársakat tegye zacskóba, majd a páclevet öntse rájuk.
4. A zacskót vákuumosan zárja le.
5. A vákuumosan lezárt nyársak grillezés előtt 2-4 óráig hűtőben pácolhatók, vagy lefagyaszthatók későbbi felhasználás céljából.

MARHAHÚS NYÁRSON

4 adag

HOZZÁVALÓK

kb. 70 dkg marhasteak vagy
sütni való húsrész, 5 cm-es
kockákra felvágva
2 piros paprika, feldarabolva
2 zöld paprika, feldarabolva
8 gomba
2 kicsi vöröshagyma, felkockázva

Páclé

1 EK szójaszósz
2 gerezd fokhagyma, finomra
vágva
1 EK felaprított rozmaring
1 EK dijoni mustár
1 TK cukor
1 TK dunnára őrölt feketebors
2 EK vörösbor
2 EK vörösborecet
½ csésze olívaolaj

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. A marhahúst, a paprikát, a gombát és a vöröshagymát váltakozva fűzze fel négy nyársra.
3. Keverje össze a fűszeres pác összes összetevőjét egy tálban. A nyársakat tegye zacskóba, majd a páclevet öntse rájuk.
4. A zacskót vákuumosan hegesse le.
5. A vákuumosan lezárt nyársak grillezés előtt 2-4 óráig hűtőben pácolhatók, vagy lefagyaszthatók későbbi felhasználás céljából.

SZUVIDÁLT T-BONE STEAK

2 adag

HOZZÁVALÓK

- 1 db 70 dkg-os T-bone steak
- 1 TK tengeri só
- ½ TK durvára őrölt feketebors
- 1 szál rozmaring
- 2 gerezd fokhagyma
- 2 EK olívaolaj



ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. Sóval és feketeborssal dörzsölje be a steaket. Tegye a steaket a zacskóba, majd adja hozzá a rozmaringot, a fokhagymát és az olívaolajat.
3. A zacskót vákuumosan zárja le.
4. A vákuumosan lezárt steaket le lehet fagyasztani, 2-4 óráig hűtőben lehet tárolni, vagy rögtön megkezdhető szuvidálása.

GRILLEZETT BÁRÁNSZELET

2 adag

HOZZÁVALÓK

1 bárányborda, szeletekre vágva

Páclé

2 szál rozmaring, felaprítva

2 gerezd fokhagyma, finomra vágva

1 EK szójaszós

2 EK fehér balsamecet

$\frac{3}{4}$ csésze extra szűz olívaolaj

$\frac{1}{2}$ TK durvára őrölt feketebors



ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. Keverje össze a fűszeres pác összes összetevőjét egy tálban. Tegye a bárányszeleteket zárható zacskóba, majd öntse rájuk a páclevet.
3. A zacskót vákuumosan zárja le.
4. A vákuumosan lezárt bárányszeletek grillezés előtt 2-4 óráig hűtőben pácolhatók, vagy lefagyaszthatók későbbi felhasználás céljából.

EGY TÁL VÖRÖS CURRY CSIRKECOMBBAL

4 adag

HOZZÁVALÓK

| | |
|-----------------------|------------------------------|
| 4 csirkecomb | 1 újhagyma, apróra vágva |
| ½ TK só | 8 kicsi édes paprika |
| ½ TK őrölt feketebors | ¼ csésze fehérbor |
| 2 EK olívaolaj | 1 EK vörös currypaszta |
| 25 dkg újburgonya | ¾ csésze tyúkhúsleves-alaplé |
| | 1 csésze kókusztej |

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. A csirkecombokat sóval és feketeborssal fűszerezze.
3. A sütőt 190° C-ra melegítse elő.
4. Tegyen a tűzhelyre egy nagy, sütőben is használható sütőserpenyőt. Öntsön bele olívaolajat. Az olajat nagy hőfokon forrósítsa fel. Amikor az olaj felforrósodott, pirítsa meg a csirkét és a burgonyát.
5. Adja hozzá a mogoróhagymát és a paprikát, és főzze 2-3 percig.
6. Öntse hozzá a bort, a vörös currypasztát, a tyúkhúsleves-alaplevet és a kókusztejet, majd forralja fel.
7. Helyezze a serpenyőt a sütőbe, és addig süsse a húst, amíg a csirke legvastagabb részén a hőmérő 75°C-ot nem mutat (kb. 15 perc).
8. Hagyja kihűlni, és tegye zacskóba, majd vákuumosan zárja le a zacskó másik végét is.
9. Tegye fagyasztoába vagy hűtőszekrénybe. Az újramelegítéshez vagy tegye forrásban lévő vízzel telt edénybe, vagy melegítse fel mikrohullámú sütőben.



CSIRKE BURRITO BOWL

6 adag

HOZZÁVALÓK

2 csirkemell, felkockázva
2 EK olívaolaj
½ vöröshagyma
2 gerezd fokhagyma, finomra
vágva
1 sárga paprika, apróra felkockázva
2 EK chilipor
1 csésze rizs
1 ½ csésze tyúkhúsleves-vagy
erőleves-alaplé
1 kis konzervdobozos fekete
bab (45 dkg), lecsöpögtetve és
leöblítve
1 nagy konzervdoboz kukorica (70
dkg), lecsöpögtetve
1 csésze paradicsomsalsa
2 EK felaprítva
friss koriander

Chipotle sour cream

1 csésze tejföl
2 EK chipotle paszta (csípős paszta)
1 lime leve
¼ teáskanál só, vagy több, tetszés
szerint

Feltétek

2 csésze széttépdesett salátalevél
1 csésze salsa
1 csésze guacamole
4 mogoróhagyma, felvágva

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és hegessze le az egyik végét.
2. Tegyen egy fazekat a tűzhelyre. Öntsön bele olívaolajat. Az olajat nagy hőfokon forrósítsa fel. Amikor az olaj felforrósodott, 4 percen keresztül pirítsa benne a csirkét.
3. Adja hozzá a vöröshagymát, a fokhagymát, a borsot és a chiliport, és főzze 2 percig.
4. Adja hozzá a rizst, és kavarja meg. Adja hozzá a tyúkhúsleves-alaplevet, a babot és a kukoricát. Annyi alaplevet öntsön rá, hogy a lé mindent elleljen, és 20 percen keresztül gyöngyözve főzze.
5. Amikor az étel kész, kapcsolja le a tűzhelyet, majd forgassa bele a salsát és a koriandert.
6. Hagyja kihűlni, majd vákuumosan zárja le a zacskó másik végét is. 2-4 órára tegye az ételt hűtőbe, vagy fagyassza le későbbi felhasználás céljából.
7. A chipotle sour cream hozzávalóit keverje össze egy tálban.
8. Az újramelegítéshez a csirkehúst tegye mikrohullámú sütőbe vagy forrásban lévő vízzel telt edénybe.
9. A chipotle sour creamet salsával, guacamolével, újhagymával tálalja.

CHILIS BAB

4 - 6 adag

HOZZÁVALÓK

- Kb. 1 kg darálthús
- 2 EK olívaolaj
- 1 kicsi vöröshagyma, felkockázva
- ½ sárga paprika, felkockázva
- 3 EK chilipor
- ½ TK őrölt kömény
- ½ TK koriander
- 1 TK nemesédes paprikapor
- ¼ TK csípős paprikapor
- 2 csésze vörös Kidney-bab
- 80 dkg passzírozott paradicsom
- 1 EK cukor
- 1 TK só
- ½ TK őrölt feketebors
- 2 EK koriander, apróra vágva



ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. Tegyen a tűzhelyre egy nagy fazekat. Öntsön bele olívaolajat. Az olajat nagy hőfokon forrósítsa fel. Amikor az olaj felforrósodott, pirítsa meg benne a húst.
3. Adja hozzá a vöröshagymát és a paprikát, és főzze puhára.
4. Adja hozzá a chiliport, a köményt, a koriandert, a paprikát és a csípős paprikaport, és főzze egy perccig.
5. Adja hozzá a babot, a passzírozott paradicsomot, a cukrot, a sót és a feketeborsot, és főzze 45 percig.
6. Adja hozzá a koriandert, és keverje meg.
7. Hagyja kihűlni, majd vákuumosan zárja le a zacskó másik végét is. 2-4 órára tegye az ételt hűtőbe, vagy fagyassza le későbbi felhasználás céljából.
8. Az újramelegítéshez tegye mikrohullámú sütőbe vagy vízben addig főzze, míg meleg nem lesz.

MARHAPÖRKÖLT

4 - 6 adag

HOZZÁVALÓK

| | |
|--|---|
| kb. 1 kg marhahús, felkockázva | 4 sárgarépa, meghámozva és feldarabolva |
| ¼ csésze liszt | 2 gerezd fokhagyma, finomra vágva |
| 1 ½ TK só és további só az ízesítéshez | 2 EK sűrített paradicsom |
| 1 TK őrölt feketebors és további bors az ízesítéshez | 330 ml sör |
| 2 EK olívaolaj | 3 csésze marhahúsleves-alaplé |
| 1 csésze gyöngyhagyma, meghámozva | kb. 45 dkg bébiburgonya |
| | 1 babérlevél |
| | 1 szál kakukkfű |
| | 1 szál rozmarig |

ÚTMUTATÓ

1. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből, és zárja le az egyik végét.
2. Keverje össze egy tálban a lisztet, a sót és feketeborsot. A marhahúst forgassa bele a lisztes fűszerkeverékbe, és rázza le róla a felesleges lisztet.
3. Tegyen egy fazekat a tűzhelyre. Öntsön bele olívaolajat. Az olajat nagy hőfokon forrósítsa fel. Amikor az olaj felforrósodott, pirítsa meg benne a marhahúst. Vegye ki és tegye el a marhahúst.
4. A hagymát, a sárgarépát és a fokhagymát körülbelül 2 percig pirítsa serpenyőben.
5. Adja hozzá a sűrített paradicsomot, és főzze 1 percig.
6. Adja hozzá a marhahúst és a sört, és addig főzze, amíg a lé a felére nem csökken.
7. Adja hozzá a többi hozzávalót, keverje össze az ételt, és fedje le a serpenyőt. Addig párolja, amíg a hús megpuhul (1 ½-2 óra).
8. Tetszés szerint sóval és feketeborssal fűszerezze.
9. Hagyja lehűlni, és tegye zacskóba. Vákuumosan zárja le a zacskó másik végét is. 2-4 órára tegye az ételt hűtőbe, vagy fagyassza le későbbi felhasználás céljából.
10. Az újramelegítéshez tegye mikrohullámú sütőbe vagy vízben addig főzze, míg meleg nem lesz.





FAGYASZTOTT EPRES- GÖRÖGDINNYÉS POP

8 darab

HOZZÁVALÓK

2 csésze feldarabolt görögdinnye

3 csésze földieper

ÚTMUTATÓ

- 1.** A feldarabolt görögdinnyét és a földiepret mixerben pürésítse.
- 2.** Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből. A zacskót több sorban függőlegesen úgy zárja le, hogy egyenlő méretű rekeszek jöjjenek létre. Zárja le vízszintesen a rekeszek egyik oldalát. Ismételje meg a folyamatot, hogy összesen nyolc rekesze legyen.
- 3.** A hozzávalók egyenlő mértékben rekeszekbe töltéséhez használjon tölcserít vagy mérőpoharat.
- 4.** Zárja le a zacskót, és fagyassza le.

FAGYASZTOTT NARANCSKRÉMES POP

8 darab

HOZZÁVALÓK

1 ½ csésze vaníliajoghurt

1 ½ csésze narancslé

ÚTMUTATÓ

1. Keverje össze hozzávalókat egy tálban.
2. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből. Egy mixerben addig pürésítsen minden hozzávalót, míg el nem kevedernek egymással. A zacskót több sorban függőlegesen úgy zárja le, hogy nyolc egyenlő méretű rekesz jöjjön létre.
3. A hozzávalók egyenlő mértékben rekeszekbe töltéséhez használjon tölcsért vagy mérőpoharat.
4. Zárja le a zacskót, és fagyassza le.

FAGYASZTOTT ÁFONYÁS- KIWIS POP

8 darab

HOZZÁVALÓK

2 csésze áfonya

6 kiwi, meghámozva

½ csésze víz vagy gyümölcslé

ÚTMUTATÓ

1. Az áfonyát és a kiwit vízzel vagy gyümölcslével egy mixerben pürésítse.
2. Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből. A zacskót több sorban függőlegesen úgy hegessze le, hogy nyolc egyenlő méretű rekesz jöjjön létre. Hegessze le vízszintesen a rekeszek egyik oldalát.
3. A hozzávalók egyenlő mértékben rekeszekbe töltéséhez használjon tölcsért vagy mérőpoharat.
4. Hegessze le a zacskót, és fagyassza le.

FAGYASZTOTT MANGÓS POP

8 darab

HOZZÁVALÓK

2 csésze friss vagy fagyasztott
mangó feldarabolva
1 csésze mangólé

ÚTMUTATÓ

- 1.** A feldarabolt mangót és a mangólevet egy mixerben pürésítse.
- 2.** Vágjon ki egy zacskót a vákuumfólia-tekercsből. A zacskót több sorban függőlegesen úgy hegessze le, hogy nyolc egyenlő méretű rekesz jöjjön létre. Hegessze le vízszintesen a rekeszek egyik oldalát.
- 3.** A hozzávalók egyenlő mértékben rekeszekbe töltéséhez használjon tölcserít vagy mérőpoharat.
- 4.** Zárja le a zacskót, és fagyassza le.

PowerXL™

DUO NUTRISEALER





DIE PERFEKTE ERGÄNZUNG: das hochwertige Vakuumbehälter-Set, die Doppelpackung Vakuumierfolien-Rollen oder das praktische Ventilbeutel-Set.

Bestellen Sie am besten noch heute unter:



0800 400 66 50*

*Gratis erreichbar aus DE, AT und CH



www.medishop.tv

FR Le complément parfait : le set de récipients sous vide de haute qualité, le double paquet de rouleaux de film pour la mise sous vide ou le set pratique de sachets à valve. Commandez de préférence des aujourd'hui au : **0800 400 66 50** (gratuit à partir de DE, AT et CH) ou sur www.medishop.tv

IT Il complemento perfetto: il set di contenitori per il sottovuoto di alta qualità, la confezione doppia di rotoli di pellicola per sigillatrice sottovuoto o il pratico set di sacchetti con valvola. Ordinateli subito al numero: **0800 400 66 50** (gratuito da Germania, Austria e Svizzera) oppure sul sito www.medishop.tv

NL De perfecte aanvulling: de hoogwaardige vacuümcontainer, het dubbelpakket vacuümfilmrollen of de praktische ventielzakset. Bestel vandaag nog via: **0900 0299** (vanuit Nederland, lokaal tarief) resp. **0900 422 33** (vanuit België, € 0,50 p/m) of via www.telself.com

HU A tökéletes kiegészítő: a kiváló minőségű vákuumtároló készlet, a dupla csomag vákuumfóliatekercs vagy a praktikus szelepes zacskókészlet. A legjobb, ha most rogtan meg is rendeli a következő telefonszámon: **06 96 961 186** (a helyi beszélgetes díjért) vagy a következő honlapon www.medishop.hu

CZ Perfektní doplněk: vysoce kvalitní sada vakuovacích nádob, dvě role vakuovací fólie nebo praktická sada sáčků s ventilem. Objednejte si nejlépe ještě dnes na čísle: **255 790 598** (za místní tarif) nebo na www.medishop.cz

SK Dokonalý doplnok: vysokokvalitná súprava vákuových nádob, dvojité balenie roliek vákuovej fólie alebo praktická súprava vreciek s ventilom. Objednajte ešte dnes: **02 20 990 883** (pri miestnych sadzbach) alebo na www.medishop.sk

RO Adaosul perfect: setul de recipiente de vidat de calitate superioară, pachetul dublu de role de folie de vidat sau setul practic de pungi de vidat cu supapă. Cel mai bine comandați încă de astăzi la numărul de telefon: **031 811 4041** (la tariful local) sau la adresa www.medishop.ro

PL Idealne uzupełnienie: wysokiej jakości zestaw pojemników próżniowych, podwójne opakowanie rolek z folią próżniową lub praktyczny zestaw worków z zaworem. Zamów najlepiej już dziś pod numerem telefonu: **222 098 924** (zgodnie z lokalną taryfą) lub na stronie www.medishoponline.pl



CH: Mediashop Schweiz AG | Leuholz 14 | 8855 Wangen | Switzerland
EU: Mediashop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria
Forgalmazó: Telemarketing International Kft. | 9028 Győr | Fehérvári út 75. | Hungary

office@medishop-group.com | www.medishop.tv

DE | AT | CH: 0800 37 6 36 06 – kostenlose Servicehotline

ROW: +43 1 267 69 67