

Cuisinart® INSTRUCTION AND RECIPE BOOKLET



VELOCITY Ultra 1HP Blender

SPB-650

For your safety and continued enjoyment of this product, always read the instruction book carefully before using.

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using an electrical appliance, basic safety precautions should always be followed, including the following:

1. **READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING.**
2. To protect against the risk of electrical shock, do not put motor base of blender in water or other liquids.
3. Close supervision is necessary when any appliance is used by or near children.
4. Unplug from outlet when not in use, before putting on or taking off parts and before cleaning or removing contents from blender jar. **Never put hands into the blender jar or handle the blades with the appliance plugged in.**
5. Avoid contact with moving parts.
6. Do not operate any appliance with a damaged cord or plug or after the appliance malfunctions or is dropped or damaged in any manner. Return appliance to nearest Cuisinart service facility for examination, repair and/or mechanical or electrical adjustment.
7. The use of attachments not recommended or sold by Cuisinart may cause fire, including canning or ordinary jars, electrical shock or risk of injury to persons.
8. Do not use outdoors.
9. Do not let cord hang over edge of counter or table or touch hot surfaces.
10. **Keep hands and utensils out of jar while blending to reduce the risk of severe injury to persons or damage to blender itself.** A rubber or plastic spatula may be used, but must be used only when the blender is turned off.
11. When blender is on, and LED lights are illuminated or flashing, do not touch cutting assembly, interfere with blade movement or remove blender jar cover. Accidentally touching a speed button may activate the blender.
12. **BLADES ARE SHARP. HANDLE CAREFULLY.**
13. To reduce the risk of injury, never place cutting assembly on base unless the blender jar is properly attached.
14. Always operate blender with the cover in place.
15. Never leave your blender unattended while it is running.
16. Twist removable blade assembly firmly to blender jar. Injury can result if moving blades accidentally become exposed.
17. **Regarding your cord set:** A longer cord has been provided so that you will have flexibility in positioning your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender. Exercise care when using the longer cord to avoid entangling or tripping over the cord. The longer cord should be arranged so that it will not drape over the counter or tabletop, where it can be pulled on by children or tripped over. Excess cord should be stored in the cord storage area at the back of the blender base to avoid injury caused by the longer cord.
18. Wash the blender jar, blade assembly and cover before first use.
19. **WARNING: TO REDUCE THE RISK OF ELECTRICAL SHOCK OR FIRE, DO NOT REMOVE THE BASE PANEL. NO USER-SERVICEABLE PARTS ARE INSIDE. REPAIR SHOULD BE DONE ONLY BY AUTHORIZED PERSONNEL.**
20. **WARNING: FLASHING LIGHT INDICATES READY TO OPERATE. DO NOT TOUCH BLADES.**
21. When blending hot liquids in blender jar, remove measured pour lid to allow steam to escape.
22. Do not operate your appliance in an appliance garage or under a wall cabinet. **When storing in an appliance garage always unplug the unit from the electrical outlet.** Not doing so could create a risk of fire, especially if the appliance touches the walls of the garage or the door touches the unit as it closes.
23. Do not blend carbonate beverages in the blender jar.

SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR HOUSEHOLD USE ONLY NOTICE:

This appliance has a polarized plug (one prong is wider than the other). To reduce the risk of electric shock, this plug will fit into a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully into the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not modify the plug in any way.

This appliance comes with a resettable thermal device to prevent damage to the motor in the case of extreme overload. Should the unit shut off unexpectedly, unplug it and let it cool for at least 15 minutes before continuing (see "To reset the unit," on page 6).

Maximum of 750 watts rated power is based on Cuisinart® jar.

UNPACKING INSTRUCTIONS

1. Place the box containing your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1 HP Blender on a flat, sturdy surface before unpacking.
2. Open top flaps and remove instruction booklet and other printed materials from top of pulp tray.
3. Set the large panel of the gift box face down and gently slide pulp tray containing the blender jar assembly out of the gift box. Remove the jar cover and measuring cup, then carefully lift blender base and set aside.

To assemble the blender, follow the Assembly Instructions on page 5 in this instruction booklet. Replace all packing materials in the box and save the box for repackaging.

Before using for the first time: Wash all parts according to the Cleaning and Maintenance section on page 6 of this booklet to remove any dust or residue.

TABLE OF CONTENTS

Important Safeguards	2
Unpacking Instructions	3
Features and Benefits	4
Assembly	5
Helpful Reminders	5
Operation	5
Cleaning and Maintenance	6
Dos and Don'ts	7
Warranty	8
Recipe Tips	9
Quick Reference Guide	10
Recipes	10

FEATURES AND BENEFITS

- 1. Cover**
Just press On. Tight-fitting seal resists leakage.
- 2. Measured Pour Lid**
Allows you to measure and add ingredients without removing the cover.
- 3. 56-oz. BPA-Free Tritan® Co-Polyester Jar**
Has a unique, sturdy, wide-mouth design.
- 4. High-Quality Blade Assembly with Patented Stainless Steel Blades**
Strong enough for all blending tasks, including tough jobs like crushing ice and blending smoothies.
- 5. Electronic Touchpad Controls**
 - a. On/Off Button**
Turns blender on or off.
 - b. Low Button**
Choose Low speed to blend ingredients to desired consistency. Blue LED lights indicate which speed you are using.
 - c. High Button**
Choose High speed to blend ingredients to desired consistency. Blue LED lights indicate which speed you are using.
 - d. Pre-Programmed Ice Crush Button**
Press Ice Crush to begin crushing. The blender will cycle through a pre-programmed function and stop when finished.
 - e. Pre-Programmed Smoothie Function**
Speed is specifically designed to blend a variety of ingredients into a perfect smoothie. The blender will cycle through a pre-programmed function and stop when finished.
 - f. Pulse Button**
Allows you to pulse ingredients on High or Low so you can blend as much as needed.
- 6. Powerful Motor Base**
Plenty of power to handle a wide variety of blending tasks.
- 7. Slip-Proof Feet**
Prevent movement during use and prevent damaging marks on countertops or tables.
- 8. Cord Storage (not shown)**
Keeps countertop safe and neat by conveniently storing excess cord.



**Note: Blades are sharp.
Handle carefully.**

Note: Tritan is a registered trademark of Eastman Chemical Company.

ASSEMBLY

To use your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender, begin by assembling the blender jar.

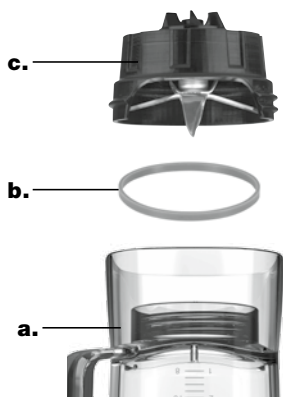
1. Turn the blender jar (a) upside down and place it flat on a sturdy surface.

Note: You may need to position the rubber gasket (b) into the groove of the blade assembly if not tightly in place

2. Turn the blade assembly (c) upside down and place the blade end in the blender jar opening.

Note: Blades are sharp. Handle carefully.

3. Twist blade assembly (c) clockwise until secure.



HELPFUL REMINDERS

- Once the cover is in position, additional ingredients can be added during blending by simply lifting the measured pour lid, adding ingredients and replacing the measured pour lid.
- Cover should always be in place while the unit is on.
- **Warning:** Do not place blender jar on base while motor is running.
- Do not remove blade assembly from blender jar when removing blender jar from base. Simply lift blender jar from motor base.
- Never put boiling liquids or solid frozen foods (with the exception of ice cubes or ½-inch [1.3 cm] pieces of frozen fruit) in the blender jar.
- Do not put ice, frozen foods or very cold liquids into a blender jar that has come directly out of a hot dishwasher.
- Do not put very hot liquids or foods into a blender jar that has come directly out of the freezer. Cool boiling liquids for 5 minutes before pouring into blender jar.
- Follow Cleaning and Maintenance instructions on page 6 prior to your first use.

OPERATION

1. Place the motor base of your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender on a flat, sturdy surface. It is important that the surface be clean and dry. Assemble the blender jar by following the Assembly instructions. Once the jar is assembled and is in position on the motor base, plug the unit into an electrical outlet.

2. Put all necessary ingredients into the blender jar and replace the cover. You may add more ingredients by lifting the measured pour lid and dropping ingredients through the fill area. Replace the measured pour lid after adding ingredients. Do not put hands into blender jar with blender plugged in.

Note: Add liquid ingredients first, then follow with solid ingredients. This will provide more consistent blending and prevent unnecessary stress on the motor.

Note: To remove blender jar cover, lift edge of cover upward. Lifting measured pour lid will not remove cover.

3. **Start blending:**



Press the On/Off button. The red LED indicator light will illuminate and flash, indicating that the blender is turned on, but no speed has been selected.

4. **Choose blending action:**
 - A. If selecting a **blending speed**, press Low or High button to determine the speed at which you would like to blend the ingredients. Both the On indicator light and the activated speed indicator lights will glow. The blender will now be functioning at the desired speed.
 - B. If selecting a **pre-programmed function**, press the Ice Crush or Smoothie button to determine the function you would like to blend the ingredients. Both the On indicator light and the activated pre-programmed indicator lights will glow. The blender will now be functioning at the desired pre-programmed function. The blender will stop running once the pre-programmed function times out and completes the blending cycle.
 - C. If selecting **Pulse mode** you can create a burst of power for quick, efficient blending. To use the Pulse function, push the Pulse button and the blue Pulse LED indicator light will blink. Press and release either the Low or High buttons. Repeat as desired. You determine the duration of each pulse. While pulsing, the blue LED indicator light will glow. The Pulse function can be used to break apart

larger pieces of food or to control the texture of food when chopping. The Pulse function is also effective in starting the blending process when you do not want continuous power or when processing items that do not require an extended amount of blending.

WARNING: FLASHING RED LIGHT INDICATES READY TO OPERATE. DO NOT TOUCH BLADES.

5. **To pause or stop blending process:**

a. To pause blending process:

Push the button corresponding to the speed at which you are currently blending. For example: If you are blending on High speed, push the High speed button and the blender will stop blending, but the unit will remain on.

b. To stop blending process:

Push the On/Off button when you are finished with your recipe and would like to turn the blender off.

c. To prevent excessive stress to the motor:

Your blender incorporates an auto-stop feature. After running continuously for two minutes, the blender will automatically revert to Standby mode. To continue blending, press the desired function.

To dislodge food: Be sure blender is off. Use a rubber or plastic spatula to help remove food lodged around the removable blade assembly. Replace the cover and measured pour lid and turn blender back on and continue blending, if necessary. Make sure spatula is not inside the blender jar before blending.

To reset the unit: This appliance features an advanced, resettable thermal device. In the event of an overload condition, the unit will shut down to protect the motor from overheating. To reset the appliance when this happens, unplug the unit and let it cool for a minimum of 15 minutes. Then, reduce the contents of the blender jar and/or clear any jams. Restart the unit as noted in the operating directions.

When finished blending: Press the On/Off button and unplug the blender from the electrical outlet. Never remove the blender jar from the motor base until the blender is off. Do not remove blade assembly from blender jar when removing jar from motor base. Simply lift blender jar from motor base. Do not put hands into blender jar with blender plugged in.

CLEANING AND MAINTENANCE

Always unplug your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender from the electrical outlet before cleaning. The blender is made of corrosion-resistant parts that are easy to clean. Before first use and after every use, clean each part thoroughly. Periodically check all parts before reassembly. If any part is damaged or blender jar is chipped or cracked, DO NOT USE BLENDER.

Remove the blender jar from the motor base by lifting straight up and away. Remove blade assembly by turning counterclockwise.

Remove the blade assembly. Wash in warm, soapy water, rinse and dry thoroughly.

CAUTION: Handle the blade assembly carefully. It is SHARP and may cause injury. Do not attempt to remove blades from assembly.

Remove the blender jar cover and the measured pour lid. Wash in warm, soapy water; rinse and dry thoroughly or place in upper rack of dishwasher. The blender jar must be washed in warm, soapy water and rinsed and dried thoroughly. The blender jar can also be placed upside down in dishwasher.

Finally, wipe the motor base clean with a damp cloth to remove any residue and dry thoroughly. Never submerge the motor base in water or other liquids, or place in a dishwasher.

Tip: You may wish to clean your blender blade assembly as follows: Squirt a small amount of dishwashing liquid into assembled blender jar and 1 cup of warm water. Run on Low or High for 15 to 30 seconds. Repeat, using clean tap water. Rinse and dry all parts thoroughly.

Any other servicing should be performed by an authorized service representative.

DOs and DON'Ts

WHEN USING YOUR BLENDER

Do:

- Make sure the electrical outlet is rated at the same voltage as that stated on the bottom of the blender motor base.
- Always use the blender on a clean, sturdy and dry surface.
- **Always add liquid ingredients to the blender jar first, then add remaining ingredients. This will ensure that ingredients are uniformly mixed.**
- Cut most foods into cubes approximately 1 inch (2.5 cm) to achieve a more uniform result. Cut all cheeses into pieces no larger than ½ inch (1.3 cm).
- Use the measured pour lid to measure liquid ingredients such as alcohol. Replace measured pour lid after ingredients have been added.
- Use a rubber or plastic spatula as needed, only when the blender is turned off. Never use metal utensils, as damage may occur to the blender jar or blade assembly.
- Place cover on firmly. Always operate the blender with the cover on.
- Make sure removable blade assembly is tightly attached to blender jar.
- Always remove blade assembly before cleaning.
- When scraping the blender jar with a spatula, remove the food from the sides of the blender jar and place food in the center of the blender jar, over the blade assembly.
- When chopping fresh herbs, garlic, onion, zest, breadcrumbs, nuts, etc., make sure the blender jar and blade assembly are completely dry.
- If food tends to stick to the sides of the blender jar when blending, pulse in short bursts.
- Pulses should be short bursts. Space the pulses so the blades stop rotating between pulses, about 1-2 seconds.

Don't:

- Don't store food or liquids in the blender jar.
- Don't place blade assembly on motor base without the blender jar attached.
- Don't attempt to mash potatoes, knead heavy dough or beat egg whites.
- Don't remove blender jar while unit is on. Keep the blender jar cover on the blender jar while blending.
- Don't twist removable blade assembly from blender jar when removing blender jar from motor base. Simply lift blender jar from motor base.
- Don't overload blender. If the motor stalls, turn the blender off immediately, unplug the unit and remove a portion of the food, then continue.
- Don't use any utensil inside the blender jar while the motor is on.
- Don't use any container or accessories not recommended by Cuisinart. Doing so may result in injury.
- Don't put hands inside the blender jar when blender is plugged in.
- Don't add boiling liquids or frozen foods (except ice cubes or ½-inch pieces of frozen fruit) to blender jar. Boiling liquids should cool for 5 minutes before being poured into blender jar.
- Don't run blender when jar is empty.

WARRANTY

LIMITED THREE-YEAR WARRANTY

This warranty is available to U.S. consumers only. This warranty supersedes all previous warranties on the Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender. You are a consumer if you own a Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender that was purchased at retail for personal, family or household use. Except as otherwise required under applicable state law, this warranty is not available to retailers or other commercial purchasers or owners. We warrant that your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender will be free of defects in material or workmanship under normal home use for three years from the date of original purchase. We recommend that you visit our website, www.cuisinart.com for the fastest, most efficient way to complete your product registration. However, product registration online does not eliminate the need for the consumer to maintain the original proof of purchase in order to obtain the warranty benefits. In the event that you do not have proof of purchase date, the purchase date for purposes of this warranty will be the date of manufacture.

If your blender should prove to be defective within the warranty period, we will repair it or, if we think necessary, replace it. To obtain warranty service, please call our Consumer Service Center toll-free at 1-800-726-0190 or write to: Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd., Glendale, AZ 85307.

To facilitate the speed and accuracy of your return, please enclose \$10.00 for shipping and handling of the product. Be sure to include a return address, daytime phone number, description of the product defect, product serial number (stamped on bottom of product base) and any other information pertinent to the product's return. Please pay by check or money order. (California residents need only supply proof of purchase and should call 1-800-726-0190 for shipping instructions.)

NOTE: For added protection and secure handling of any Cuisinart product that is being returned, we recommend you use a traceable, insured delivery service. Cuisinart cannot be held responsible for in-transit damage or for packages that are not delivered to us. Lost and/or damaged products are not covered under warranty.

CALIFORNIA RESIDENTS ONLY

California law provides that for In-Warranty Service, California residents have the option of returning a nonconforming product (A) to the store where it was purchased or (B) to another retail store that sells Cuisinart products of the same type. The retail store shall then, according to its preferences, either repair the product, refer the consumer to an independent

repair facility, replace the product or refund the purchase price less the amount directly attributable to the consumer's prior usage of the product. If either of the above two options does not result in the appropriate relief to the consumer, the consumer may then take the product to an independent repair facility if service or repair can be economically accomplished.

Cuisinart and not the consumer will be responsible for the reasonable cost of such service, repair, replacement or refund for nonconforming products under warranty.

California residents may also, at their preference, return nonconforming products directly to Cuisinart for repair or, if necessary, replacement by calling our Consumer Service Center toll-free at 1-800-726-0190. Cuisinart will be responsible for the cost of the repair, replacement and shipping and handling for such nonconforming products under warranty.

BEFORE RETURNING YOUR CUISINART PRODUCT

If you are experiencing problems with your Cuisinart product, we suggest that you call our Consumer Service Center at 1-800-726-0190 before returning the product for servicing. Often, our Consumer Service Representatives can help solve the problem without having the product serviced. If servicing is needed, a representative can confirm whether the product is under warranty and direct you to the nearest service location.

Your Cuisinart® VELOCITY Ultra 1HP Blender has been manufactured to the strictest specifications and has been designed for use only in 120 volt outlets and only with authorized accessories and replacement parts. This warranty expressly excludes any defects or damages caused by attempted use of this unit with a converter, as well as use with accessories, replacement parts or repair service other than those authorized by Cuisinart. This warranty does not cover any damage caused by accident, misuse, shipment or other than ordinary household use. This warranty excludes all incidental or consequential damages. Some states do not allow the exclusion or limitation of these damages, so these exclusions may not apply to you. You may also have other rights, which vary from state to state.

Important: If the nonconforming product is to be serviced by someone other than Cuisinart's Authorized Service Center, please remind the servicer to call our Consumer Service Center at 1-800-726-0190 to ensure that the problem is properly diagnosed, the product is serviced with the correct parts and to ensure that the product is still under warranty.

©2014 Cuisinart
150 Milford Road
East Windsor, NJ 08520
Printed in China
14CE001994

IB-12673-ESP

RECIPE TIPS

The simple recipes that follow include some old Cuisinart favorites as well as some creative combinations that are sure to please your friends and family. Thanks to the superior ice-crushing power of the VELOCITY Ultra 1HP Blender, you'll also be able to make delicious frozen drinks.

Chopping Nuts

Put ½ cup shelled nuts into the blender jar and cover blender. Pulse on Low or High until desired chop is achieved. Pulse fewer times for coarsely chopped nuts. For best results, process small amounts, ½ cup or less.

Bread, Cookie or Cracker Crumbs

Break or cut bread, cookies or crackers into pieces ½ inch or less in size. For best bread results, use day-old bread (drier bread works best). Put bread, cookie or cracker pieces in blender jar. Set on Low or High and pulse to chop, then run continuously until desired texture of crumbs is achieved. For best results, process 1 cup or less at a time.

Crushing Ice

Put up to 12 standard ice cubes into the blender jar. Cover. Press the Ice Crush button for perfect, snow-like results. For coarser results, pulse on High using short bursts.

Grating Fresh Citrus Zest

For best results, blender jar and cutting assembly must be clean and dry. Remove zest from fruit in strips using a vegetable peeler; use a sharp knife to remove the bitter white pith from the underside of the zest. Process no more than 8 strips at a time (zest of 1 medium lemon). Cut strips in half. Put strips and 1 teaspoon sugar or coarse salt (from recipe) into the blender jar. Cover blender jar. Run on Low for 15 to 20 seconds.

Baby Food

Combine ½ cup cooked vegetables, fruit or meat with 3 to 4 tablespoons liquid (water, milk, fruit juice, broth or cooking liquid) in the blender jar. Run on Low for 15 to 20 seconds until a smooth purée is reached. Add more liquid as necessary and process further until desired texture is reached. Always consult with your pediatrician/family physician concerning the best foods for your baby and when to introduce new foods to his/her diet.

Grinding Hard Cheese

Cut cheese into ½-inch pieces; remove all outer hard rind. Put cheese into blender jar. Pulse on Low to chop cheese, 10 to 12 times, then run until desired grind is reached. For best results, grind no more than 3 ounces of cheese at a time.

Whipping Cream

If possible, chill blender jar and cutting assembly in refrigerator for 15 minutes. Put 1 cup heavy or whipping cream into blender jar. Cover jar. Pulse on Low 20 to 30 times until cream is thickened. (Do not overblend – bits of butter will begin to form.) If desired, add 1 tablespoon sugar and 1 to 2 teaspoons of vanilla or other flavoring. Consistency will be that of a thickened, but not fluffy whipped cream, and is most appropriate for topping desserts or coffee drinks.

When using the blender to purée hot mixtures such as creamed soups and baby foods, strain the solids from the liquid, reserving the cooking liquid. Then put ½ to 1 cup of the reserved cooking liquid into the blender jar along with the cooked solids. Blend on Low until desired consistency/purée is reached.

Allow hot foods to cool slightly before blending to prevent steam buildup, which may cause the lid to lift up from the blender jar. When blending hot foods hold lid down with a dish towel in hand to hold the lid in place.

Keep your blender out on the counter within easy reach, and you will be surprised how often you will use it.

Keep ice cubes made of juices, yogurt, milk or fruit purées on hand to substitute for plain ice when making smoothies and frosty beverages to prevent diluting the drink.

For quick cleaning, add 1 cup of warm water and a drop of liquid dish soap to the blender jar. Cover and run on Low or High for 15 to 30 seconds, or more as needed. Discard the soapy water and rinse blender thoroughly before the next use.

QUICK REFERENCE GUIDE

To activate blender	Press On/Off – The blender is in Standby mode.
To begin blending	Press desired speed or pre-programmed button.
To change speeds	Press desired speed button.
To pulse	Press On/Off, then Pulse, then press and release desired speed button as needed.
To crush ice	Press On/Off, then press Ice Crush button and program will begin. Ice Crush program runs for one cycle.
To stop blending (and deactivate blender)	Press On/Off button.
To stop blending (during a designated function and pause timer)	Press same function key under operation again.
To stop blending in Pulse	Release speed button.
To stop blending in Ice Crush mode	Press Ice Crush button again.

SPEED SELECTION GUIDE

Ingredient/Recipe	Speed	Result
Reconstituting frozen juice concentrate	Low	Smooth and full-bodied
Mayonnaise	Low	Thick and creamy
Salad dressings	Low	Completely blended and emulsified
Nuts (shelled, ½ cup or less at a time)	Pulse High to chop	Coarse to fine
Heavy or whipping cream	Pulse on Low	Thick, creamy topping
Bread, cookies or crackers (add ½-inch pieces, 1 cup or less at a time)	Low – Pulse to break up, then run on Low	Coarse to fine as desired
Grating/chopping citrus zest (add 1 to 2 tsp. sugar or salt from recipe)	Low	Uniformly fine
Smoothies, shakes, health drinks	Smoothie	Smooth, creamy and thick
Baby food/fruit and vegetable purée	Low	Smooth and creamy
Frozen cocktails	Ice Crush	Thick and slushy
Hard cheeses	Low – Pulse to break up then run on Low	Coarse to fine
Ice (approx. 12 cubes per cycle)	Ice Crush	Coarse crush to snowy

RECIPES

Power Protein Smoothie	11
Super Antioxidant Smoothie	11
Sweet Green Smoothie	11
Very Berry Smoothie	11
Vitamin C Smoothie	12
Frozen Rum Punch.....	12
Mocha Shake	12
Carrot and Ginger Soup.....	12
Creamy Greens Soup.....	13
Gazpacho	13
Champagne Vinaigrette.....	14
Creamy Caesar Dressing	14
Green Goddess Dressing.....	14
Hollandaise Sauce.....	15
Roasted Red Pepper and Garlic Sauce.....	15
Crêpe Batter	16
Raspberry Sauce.....	16

Power Protein Smoothie

This on-the-go drink, packed with energy-dense ingredients, will satisfy your hunger and keep you full, longer.

Makes about 4½ cups

- 1½ cups unsweetened soy, almond or hemp milk (cow's milk may also be used)**
- ½ cup plain or vanilla yogurt**
- 1 banana, quartered**
- 1 frozen banana, cut into ½-inch pieces**
- 1½ cups mixed frozen berries**
- 2 tablespoons protein powder**
- 2 tablespoons honey (optional)**

1. Put the ingredients in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on the Smoothie function.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (9 ounces):

*Calories 159 (19% from fat) • carb. 24g • pro. 10g • fat 4g
• sat. fat 1g • chol. 4mg • sod. 69mg
• calc. 220mg • fiber 3g*

Super Antioxidant Smoothie

Berries are the ultimate antioxidant ingredients. Sip on this mix for breakfast, especially after a day of indulgent eating, to kick-start your healthy-eating routine.

Makes about 6 cups

- 2 cups pomegranate juice**
- 1 banana, cut into 1-inch pieces**
- 4 cups mixed frozen berries**
- 2 tablespoons ground flax seed**

1. Put the ingredients, in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on the Smoothie function.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (8 ounces):

*Calories 118 (11% from fat) • carb. 28g • pro. 1g • fat 2g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 5mg
• calc. 14mg • fiber 4g*

Sweet Green Smoothie

This sweet—yes, sweet!—green drink will give you the extra energy boost you need early in the morning or late in the afternoon.

Makes 3½ cups

- 1½ cups almond milk**
- 6 stems locinato kale, trimmed and chopped into 1-inch pieces**
- 1 medium-large apple, cored and cut into 1-inch pieces**
- ¾ cup frozen mango pieces**
- ¾ cup frozen strawberries**

1. The ingredients in the order listed, into blender jar.
2. Blend on the Smoothie function. For a smoother consistency, run on Smoothie function again.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (7 ounces):

*Calories 82 (15% from fat) • carb. 18g • pro. 1g • fat 1g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 128mg
• calc. 102mg • fiber 3g*

Very Berry Smoothie

Blend up this combination of fresh and frozen fruit for a refreshing morning or afternoon treat.

Makes 5 cups

- 1½ cups orange juice**
- 1½ cups peeled ripe banana, cut into 2-inch pieces**
- 1½ cups fresh strawberries, hulled**
- ¾ cup frozen mixed berries**
- 1½ cups frozen strawberries**

1. Put the ingredients, in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on the Smoothie function.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (8 ounces):

*Calories 120 (3% from fat) • carb. 30g • pro. 1g • fat 1g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 2mg
• calc. 23mg • fiber 4g*

Vitamin C Smoothie

Enjoy this smoothie when you need the ultimate cold-fighting punch. Plus, the tropical flavors will instantly whisk you away to warmer climates.

Makes about 5 cups

- 1 cup orange juice**
- 2 cups fresh strawberries, hulled**
- 1 small to medium orange, cut into segments (about $\frac{3}{4}$ cup)**
- 1 cup chopped papaya ($\frac{1}{4}$ large papaya, cut into 1-inch dice)**
- 1 cup chopped mango (about 1 small mango, cut into 1-inch dice)**
- 2 cups frozen strawberries**

1. Put the ingredients, in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on the Smoothie function.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (8 ounces):
Calories 106 (3% from fat) • carb. 26g • pro. 1g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 5mg
• calc. 42mg • fiber 4g

Frozen Rum Punch

Your friends may never leave if you prepare this for them at your next get-together.

Makes about 6 cups

- $\frac{1}{2}$ **cup orange juice**
- 3 tablespoons fresh lime juice (the juice of approximately 2 limes)**
- $\frac{3}{4}$ **cup rum**
- 1 tablespoon grenadine**
- 3 cups chopped fresh pineapple (cut into 2-inch pieces)**
- 2 cups (1 pint) mango sorbet**
- 6 ice cubes**

1. Put the ingredients, in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on High for 1 minute, or until fully blended.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (4 ounces):
Calories 111 (0% from fat) • carb. 22g • pro. 0g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 107mg
• calc. 1mg • fiber 1g

Mocha Shake

This chocolate-coffee treat will quickly satisfy your sweet tooth.

Makes about 4½ cups

- 3 cups coffee ice cream**
- $\frac{2}{4}$ cups reduced-fat milk**
- $\frac{1}{4}$ cup chocolate syrup**

1. Put the ingredients, in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on Low, 30 to 40 seconds, until smooth.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (4 ounces):
Calories 203 (58% from fat) • carb. 17g • pro. 5g
• fat 13g • sat. fat 8g • chol. 83mg • sod. 65mg
• calc. 145mg • fiber 0g

Carrot and Ginger Soup

A small amount of fresh ginger goes a long way. You'll love how it brightens up the warm flavors in this silky-smooth soup.

Makes about 5 cups

- 2 tablespoons unsalted butter or olive oil**
- 1 small onion, chopped**
- $\frac{1}{2}$ **ounce fresh ginger, peeled and finely chopped**
- 1 garlic clove, finely chopped**
- 1 pound carrots, peeled and cut into 1-inch slices**
- $\frac{1}{2}$ **teaspoon kosher salt**
- $\frac{1}{4}$ **teaspoon ground cinnamon**
- $\frac{1}{8}$ **teaspoon ground allspice**
- Pinch freshly ground nutmeg**
- 1 thyme sprig**
- 4 cups chicken broth, low sodium**

1. Put the butter or oil into a 6-quart saucepan set over medium heat. Once heated, stir in the onion, ginger and garlic and sauté gently.
2. Add the carrots, salt, cinnamon, allspice, nutmeg and thyme. Stir to coat ingredients well and allow to heat through.
3. Add the chicken broth. Increase heat and bring to a boil. Once soup comes to a boil, reduce the heat so that it is barely simmering. Cover and simmer until the carrots become tender, about 50 to 60 minutes.

4. Once tender, separate the solids from liquid. Put about half of the broth and half of the solids into the blender jar. Blend on Low for about 10 seconds and then switch speed to High to blend thoroughly. Pour soup into a clean pot. Repeat with remaining ingredients. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (1 cup):
 Calories 96 (42% from fat) • carb. 12g • pro. 3g • fat 5g
 • sat. fat 3g • chol. 12mg • sod. 757mg
 • calc. 37mg • fiber 3g

Creamy Greens Soup

This earthy, nourishing soup is delicious! Garnish with a dollop of crème fraîche and a sprig of parsley.

Makes about 5 cups

- 1 **tablespoon olive oil**
- 2 **tablespoons unsalted butter**
- 2 **small shallots (about 3 ounces), finely chopped**
- 3 **garlic cloves, crushed**
- 1 **small leek (about 2 ounces), white part only, sliced**
- 1 **bunch kale, hard stems discarded and roughly chopped**
- 1 **bunch Italian parsley, stems reserved for other use and leaves roughly chopped**
- ½ **teaspoon kosher salt**
- ¼ **teaspoon freshly ground black pepper**
- 4 **cups vegetable broth, low sodium**
- ½ **cup heavy cream, room temperature**

1. Put the oil and butter into a 6-quart saucepan set over medium heat. Once butter is melted, add the shallots, garlic and leek. Sweat ingredients together so that they gently sauté, but do not pick up any color.
2. Add the kale, parsley, salt and pepper and stir to coat. Add the vegetable broth and bring to a boil. Cover and reduce heat so that the soup is just simmering. Simmer for about 30 minutes. Add the cream and continue simmering uncovered for an additional 20 to 30 minutes.
3. Put ingredients into the blender jar. Blend on Low for about 10 seconds, then switch to High to thoroughly blend, about 45 seconds. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (1 cup):
 Calories 216 (67% from fat) • carb. 14g • pro. 5g • fat 17g
 • sat. fat 9g • chol. 45mg • sod. 694mg
 • calc. 129mg • fiber 2g

Gazpacho

Serve this simple, no-cook soup at your next barbecue. It's great for a hot summer day.

Makes about 7 cups

- 3 **cups tomato or vegetable juice cocktail, divided**
- 1 to 2 **garlic cloves, peeled**
- 1 **large celery stalk, peeled and cut into 1-inch pieces**
- 1 **medium to large cucumber, peeled, halved lengthwise, seeded and cut into 1-inch pieces**
- 1 **red or yellow bell pepper, cored, seeded and cut into 1-inch pieces**
- 1 **jalapeño, seeded and cut into ½-inch pieces**
- 6 **green onions, trimmed and cut into ½-inch pieces**
- 4 **medium tomatoes, cored, seeded and cut into 1-inch pieces**
- 3 **tablespoons sherry vinegar**
- ½ **teaspoon kosher salt**
- ¼ **teaspoon freshly ground black pepper**

1. Put 1 cup of the juice, plus garlic, celery, cucumber, pepper, jalapeño and green onions into the blender jar. Blend on Low about 15 to 20 seconds, until vegetables are medium-finely chopped. Transfer to a large serving bowl.
2. Add the remaining juice with the tomatoes. Pulse the blender on High, about 4 to 5 times to chop (or you may blend it if a smoother gazpacho is preferred). Add to the bowl of vegetables/juice. Season with the sherry vinegar, salt and pepper, adjusting amounts to taste.
3. Chill well before serving.

Nutritional information per serving (1 cup):
 Calories 47 (6% from fat) • carb. 9g • pro. 2g • fat 0g
 • sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 399mg
 • calc. 23mg • fiber 2g

Champagne Vinaigrette

This all-purpose dressing can be used as a salad topper, marinade or finishing drizzle for roasted vegetables.

Makes about 1 scant cup

- 2½** **tablespoons Champagne vinegar**
- 1** **teaspoon Dijon mustard**
- ¼** **teaspoon kosher salt**
- ¼** **teaspoon freshly ground black pepper**
- 1** **small shallot, halved**
- ¾** **cup extra virgin olive oil**

1. Put the ingredients in the order listed into the blender jar.
2. Blend on Low for about 20 seconds, or until homogenous.
3. Taste and adjust seasoning as desired. If not using immediately, place dressing in a covered, airtight container and refrigerate for up to 1 week. Bring to room temperature and stir before serving

Nutritional information per serving (1 tablespoon):
Calories 91 (99% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 11g
• sat. fat 2g • chol. 0mg • sod. 45mg
• calc. 0mg • fiber 0g

Creamy Caesar Dressing

Toss with crispy Romaine lettuce, croutons and freshly grated Parmesan for the quintessential Caesar salad.

Makes about ¾ cup

- 1** **ounce Parmesan cheese, cut in ½-inch cubes**
- 1** **large garlic clove, peeled**
- 1** **large egg yolk***
- 2** **teaspoons Dijon mustard**
- 1** **teaspoon white vinegar (wine or Champagne both work well)**
- 1** **teaspoon balsamic vinegar**
- 1** **teaspoon fresh lemon juice**
- 1** **teaspoon Worcestershire sauce**
- 1** **anchovy fillet (or 1–2 teaspoons anchovy paste)**
- ½** **teaspoon kosher salt**

- ¼** **teaspoon freshly ground black pepper**
- ⅓** **cup vegetable oil**
- ⅓** **cup extra virgin olive oil**

1. Put cheese and garlic into the blender jar. Turn on High for 5 seconds to chop.
2. Scrape down the sides of the blender jar and add the yolk, mustard, vinegars, lemon juice, Worcestershire, anchovy, salt and pepper. Blend on Low for about 10 seconds to combine.
3. Combine the oils together in a measuring cup with a pour spout. While running the blender on Low, slowly pour the oil through the opening in the lid while using the measuring cup to shield the opening to prevent any splatter.
4. Continue running to fully emulsify for a total of 45 seconds.
5. Taste and adjust seasonings as desired. If not using immediately, place dressing in a covered, airtight container and refrigerate for up to 3 days. Bring to room temperature and stir before serving.

Nutritional information per serving (1 tablespoon):
Calories 109 (94% from fat) • carb. 1g • pro. 1g • fat 12g
• sat fat • 2g • chol. 25mg • sod. 146mg
• calc. 27mg • fiber 0g

Green Goddess Dressing

Packed with fresh herbs, this classic dressing has a refreshing tang. It's perfect over grilled chicken, vegetables or salad.

Makes about 1¼ cups

- 1** **anchovy fillet**
- 2** **teaspoons white wine vinegar**
- ⅓** **cup packed Italian parsley**
- 2** **tablespoons fresh tarragon**
- 2** **tablespoons chopped chives**
- 1** **cup nonfat Greek yogurt**
- ¼** **cup mayonnaise**
- ½** **teaspoon kosher salt**
- ¼** **teaspoon freshly ground black pepper**
- 1** **small garlic clove**

1. Put the ingredients, in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on Low, about ½ minutes, until smooth.

3. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (2 tablespoons):
Calories 55 (73% from fat) • carb. 1g • pro. 2g • fat 4g
• sat. fat 1g • chol. 4mg • sod. 162mg • calc. 36mg
• fiber 0g

Hollandaise Sauce

Fair warning: It is almost too easy to make this creamy and decadent sauce in the Cuisinart® blender.

Makes $\frac{3}{4}$ cup

- $\frac{1}{2}$ cup (1 stick) unsalted butter**
- 4 large egg yolks**
- $\frac{1}{4}$ teaspoon kosher salt**
- Pinch ground mustard**
- Pinch freshly ground black pepper**
- $1\frac{1}{2}$ tablespoons fresh lemon juice**

1. Put the butter into a saucepan set over low heat until butter is melted and reaches a slight simmer.
2. While the butter is melting, put the remaining ingredients into the blender jar. About a minute before adding the butter, run the unit on Low for about 30 seconds to combine.
3. With the blender still running on Low, carefully remove the measured pour lid from the cover. Very slowly drizzle the hot butter through the opening (holding the pour lid, or even a dishtowel, in place to prevent any splattering). When adding the butter, be careful not to add the white milk solids that will be left on the bottom of the pan. Once all butter has been added, check hollandaise for consistency. Once the blender is off, use a long, skinny spatula to stir, as some yolk may have accumulated in the well by the blade. If overall consistency is too thick, add some hot water, 1 tablespoon at a time, until desired consistency is achieved.
4. Taste and adjust seasoning as desired. Serve immediately or transfer hollandaise to a double boiler to keep warm for serving.

Nutritional information per serving (1 tablespoon):
Calories 85 (94% from fat) • carb. 0g • pro. 1g • fat 9g
• sat. fat 5g • chol. 81mg • sod. 47mg
• calc. 8mg • fiber 0g

Roasted Red Pepper and Garlic Sauce

Serve this sauce over chicken, pork or fish, or as an alternative to pasta sauce.

Makes $1\frac{1}{2}$ cups

- 3 red bell peppers**
- 2 garlic cloves, unpeeled**
- 1 tablespoon red wine vinegar**
- $\frac{1}{4}$ cup chicken broth, low sodium (use more for a thinner sauce)**
- $\frac{1}{2}$ teaspoon kosher salt**

1. Preheat oven to 425°F. Line a baking pan with parchment paper. Place peppers and garlic on prepared baking pan.
2. Roast peppers and garlic in oven for 20 minutes. Remove the garlic cloves and place in a small heatproof bowl. Return tray to oven and continue roasting peppers for an additional 30 minutes, flipping a few times so peppers are evenly charred.
3. Once peppers are charred all over, place them in the bowl with the garlic and cover tightly with plastic wrap. Allow peppers to cool and steam at least 30 minutes, so that their skins become loose. Once cool, peel the skins off the peppers and garlic.
4. Put the vinegar, peppers, garlic, and salt in the blender jar. Blend on Low about 10 seconds, until processed. With the blender still running on Low, carefully remove the measured pour lid and slowly pour in the hot broth. Blend until smooth, about 20 seconds. For a thinner sauce, pour in more hot broth.
5. Serve over meat, chicken, fish or roasted vegetables.

Nutritional information per serving ($\frac{1}{2}$ cup):
Calories 41 (8% from fat) • carb. 8g • pro. 2g • fat 0g
• sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 413mg
• calc. 12mg • fiber 3g

Crêpe Batter

Extremely versatile, this recipe should be added to everyone's collection. Crêpes can be filled with sweet items (cinnamon-sugar and fruit; whipped cream and chocolate) or savory (eggs and ham; vegetables and hollandaise).

Makes about 12, 8-inch crêpes

- 3 large eggs, room temperature**
- ¼ cup (½ stick) unsalted butter, melted and cooled to room temperature**
- ¾ cup unbleached, all-purpose flour**
- ½ teaspoon kosher salt**
- 1 tablespoon granulated sugar**
- 1 cup reduced-fat milk, room temperature**
- 1 teaspoon pure vanilla extract**
- 1 teaspoon unsalted butter, room temperature**

1. Put the eggs, melted butter, flour, salt and sugar into the blender. With the unit running on Low, carefully remove the pour lid from the cover of the blender jar. Add the milk and vanilla through the opening. Mix about 15 to 20 seconds, or until smooth. If time allows, let the batter rest in the refrigerator for at least 30 minutes. Before using batter, whisk to re-blend, straining, if necessary, to remove any lumps.
2. Melt the teaspoon of butter in an 8-inch, nonstick skillet set over medium heat. Once pan is hot, add a scant ¼ cup of batter to the pan, moving the batter around quickly to make a thin coating on the pan. Cook the crêpe for 2 to 3 minutes, until the edges just start to brown, and then carefully flip and finish the other side for an additional minute. Continue cooking crêpes until there is no more batter.
3. Serve with sweet or savory fillings of your choice.

Nutritional information per crêpe:

*Calories 92 (52% from fat) • carb. 8g • pro. 3g • fat 5g
• sat. fat 3g • chol. 59g • sod. 129mg
• calc. 36mg • fiber 0g*

Raspberry Sauce

Use this sweet, fruity sauce to complement different desserts, from ice cream to cheesecake to chocolate.

Makes about 1¼ cups

- 1 bag (12 ounces) frozen raspberries, thawed**
- ¼ cup granulated sugar**
- Pinch kosher salt**
- Pinch grated orange zest**

1. Put the ingredient in the order listed, into the blender jar.
2. Blend on High for about 15 seconds, or until smooth.
3. Pass through a fine mesh strainer to remove all of the raspberry seeds.
4. Taste and adjust seasoning accordingly. Raspberry Sauce will keep refrigerated for about 1 week to 10 days.

*Nutritional information per serving (2 tablespoons):
Calories 55 (1% from fat) • carb. 14g • pro. 0g • fat 0g •
sat. fat 0g • chol. 0mg • sod. 29mg
• calc. 10mg • fiber 1g*

*Raw egg warning: Caution is suggested in consuming raw and lightly cooked eggs due to the slight risk of salmonella or other food-borne illness. To reduce this risk, we recommend you use only fresh, properly refrigerated, clean, grade A or AA eggs with intact shells, and avoid contact between the yolks or whites and the shell. For a lower-cholesterol mayonnaise, and to avoid using raw eggs, use cholesterol-free egg substitute for the egg yolk.

Cuisinart® INSTRUCCIONES Y LIBRO DE RECETAS



Licuada de 1 HP VELOCITY Ultra

SPB-650

Para su seguridad y para disfrutar plenamente de este producto, siempre lea las instrucciones cuidadosamente antes de usarlo.

MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Siempre que use aparatos eléctricos, debe tomar precauciones básicas de seguridad, incluso las siguientes:

1. **LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES ANTES DE USARLO.**
2. Para reducir el riesgo de electrocución, no coloque la base del aparato en agua u otro líquido.
3. Supervise el uso de este aparato cuidadosamente cuando esté siendo usado por o cerca de niños.
4. Desconecte el aparato cuando no está en uso, antes de instalar/sacar piezas, antes de limpiarlo y antes de vaciar la jarra. **Nunca introduzca las manos en la jarra ni toque las cuchillas mientras el aparato está conectado.**
5. Evite el contacto con las piezas móviles.
6. No utilice este aparato si el cable o la clavija estuviesen dañados, si no funcionase debidamente, si estuviese dañado, o después de que se hubiese caído al piso o al agua; regréselo a un centro de servicio autorizado para su revisión, reparación o ajuste.
7. El uso de accesorios no recomendados o vendidos por Cuisinart, incluso frascos para conservas o frascos ordinarios, presenta un riesgo de incendio, electrocución o herida.
8. No lo utilice en exteriores.
9. No permita que el cable cuelgue del borde de la encimera o de la mesa, ni que haga contacto con superficies calientes.
10. **Para reducir el riesgo de herida seria o de daño al aparato, mantenga las manos y los utensilios fuera de la jarra durante el funcionamiento.** Se podrá usar una espátula de goma/plástico, siempre que el aparato esté apagado.
11. No toque ni interfiere con el movimiento de las cuchillas, y no retire la tapa de la jarra durante el funcionamiento, ni cuando los indicadores luminosos están encendidos o parpadean; el aparato se puede prender al tocar un botón sin querer.
12. **LAS CUCHILLAS/HOJAS SON MUY FILOSAS. MANIPULAR CON SUMO CUIDADO.**
13. Para reducir el riesgo de heridas, nunca coloque las cuchillas sobre la base sin que la jarra esté debidamente ajustada.
14. No encienda el aparato a menos que la tapa esté debidamente puesta.
15. Nunca descuide ni abandone el aparato mientras está funcionando.
16. Enrosque las cuchillas firmemente sobre la base. Las cuchillas podrían provocar heridas graves si quedaran al descubierto por accidente.

17. **Advertencia:** el cable proveído con este aparato es largo, para permitirle colocar el aparato donde desea. Sin embargo, deberá tener cuidado donde ubica el cable. Coloque el cable sobre la encimera o la mesa de tal forma que niños no puedan jalar o tropezar con éste. Es aconsejable guardar el exceso de cable en el espacio atrás de la base.
18. Lave la jarra, las cuchillas y la tapa antes del primer uso.
19. **ADVERTENCIA: PARA REDUCIR EL RIESGO DE INCENDIO O ELECTROCUCIÓN, NO DESARME EL CUERPO DEL APARATO. ESTE APARATO NO CONTIENE PIEZAS QUE PUEDAN SER REPARADAS POR EL USUARIO. LAS REPARACIONES DEBEN SER REALIZADAS POR UN TÉCNICO AUTORIZADO.**
20. **ADVERTENCIA: CUANDO LOS INDICADORES LUMINOSOS PARPADEAN, ESTO SIGNIFICA QUE EL APARATO ESTÁ BAJO TENSIÓN. NO TOQUE LAS CUCHILLAS.**
21. Cuando licue líquidos calientes, quite el tapón medidor de la tapa a fin de permitir que el vapor se escape.
22. No haga funcionar el aparato bajo o adentro de un armario. **Siempre desconecte el aparato antes de guardarlo en un armario.** Dejar el aparato conectado presenta un riesgo de incendio, especialmente si éste toca las paredes o la puerta del armario cuando cierra.
23. NO licue líquidos carbonatados en la jarra de la licuadora

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES PARA USO DOMÉSTICO SOLAMENTE

AVISO:

El cable de este aparato está dotado de una clavija polarizada (una pata es más ancha que otra). Como medida de seguridad, se podrá enchufar de una sola manera en la toma de corriente polarizada. Si no entrara en la toma de corriente, invíértela. Si aún no entrara completamente, comuníquese con un electricista. No intente modificarla.

Este aparato está equipado con un dispositivo de protección térmica que apaga el motor en caso de sobrecalentamiento. Si esto ocurriera, desenchufe el aparato y permita que se enfríe durante 15 minutos o más antes de continuar (ver "Cómo reiniciar el aparato" en la página 6)

La potencia nominal máxima (750 vatios) está basada en la jarra; otros accesorios pueden utilizar menos electricidad

DESEMBALAJE

1. Ponga la caja sobre una superficie espaciosa, plana y segura.
2. Abra la caja y retire el manual de instrucciones y otros folletos de la caja.
3. Voltee la caja para que repose en el lado largo y deslice suavemente fuera de la caja la bandeja separadora de cartón que contiene las piezas de la licuadora. Retire la tapa de la jarra y la taza medidora, y luego alce cuidadosamente la base de la licuadora.

Siga las instrucciones de ensamblaje que se encuentran en la página 5. Le aconsejamos que conserve el material de embalaje.

Antes del primer uso: lave todas las piezas, según se describe en la sección "Limpieza y Mantenimiento", a fin de eliminar el polvo y otros residuos.

ÍNDICE

Medidas de seguridad importantes	2
Instrucciones de desembalaje	3
Piezas y características	4
Ensamblaje	5
Consejos útiles	5
Funcionamiento	5
Limpieza y mantenimiento	6
Reglas básicas	7
Garantía	8
Consejos de preparación	9
Guía de referencia rápida	10
Recetas	10

PIEZAS Y CARACTERÍSTICAS

1. Tapa

Oprima para cerrar. El sello hermético mantiene la tapa bien ajustada durante el funcionamiento.

2. Tapón medidor

Permite medir y agregar ingredientes sin abrir la tapa.

3. Jarra de copoliéster Tritan® de 56 onzas (1.5 L)

Diseño robusto exclusivo con boca ancha.

4. Cuchilla de acero inoxidable patentada de alta calidad

Optimizada para ejecutar las tareas más difíciles como picar hielo y licuar "smoothies".

5. Controles electrónicos

a. Botón de encendido/apagado (ON/OFF)

Pone el aparato bajo tensión y lo apaga.

c. Botón de velocidad baja (LOW)

Permite obtener exactamente la consistencia deseada. El indicador luminoso LED azul de la velocidad usada se iluminará.

b. Botón de velocidad alta (HIGH)

Permite obtener exactamente la consistencia deseada. El indicador luminoso LED azul de la velocidad usada se iluminará.

d. Función pre-programada para picar hielo (ICE CRUSH)

Simplemente oprima el botón. El aparato se apagará automáticamente al final del programa.

e. Función pre-programada para licuar "smoothies" (SMOOTHIE)

Especialmente programada para licuar una variedad de ingredientes, produciendo resultados suaves y homogéneos. El aparato se apagará automáticamente al final del programa.

f. Botón de pulso

Permite pulsar a cualquier velocidad, baja o alta, para siempre obtener la consistencia deseada.

6. Potente motor

Ofrece la potencia que necesita para una variedad de tareas.

7. Pies antideslizantes

Mantienen el aparato estable y no dejan marcas en la encimera.

8. Espacio para guardar el cable (no ilustrado)

Mantiene la encimera segura y ordenada.



Nota: las cuchillas son muy filosas; manipúlelas con sumo cuidado.

Nota: Tritan® es una marca registrada de Eastman Chemical Co.

ENSAMBLAJE

Siga las instrucciones siguientes cuidadosamente para ensamblar la jarra de su licuadora:

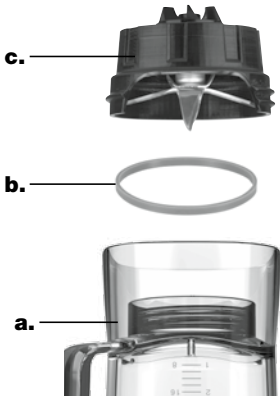
1. Ponga la jarra (a) al revés sobre una superficie plana y segura.

Nota: Si el sello de caucho (b) no está firmemente en su lugar, puede que sea necesario colocarlo en la hendidura del juego de cuchillas.

3. Introduzca el juego de cuchillas (c), al revés, por el pie de la jarra.

Nota: las cuchillas son muy filosas; manipúlelas con sumo cuidado.

4. Enrosque las cuchillas (c) en sentido horario para sujetar.



CONSEJOS ÚTILES

- Para agregar ingredientes sin apagar la licuadora, simplemente retire el tapón medidor y agregue los ingredientes por la abertura en la tapa.
- Siempre que la licuadora esté funcionando, debe tener puesta la tapa.
- **Advertencia:** no coloque la jarra sobre la base mientras el motor esté encendido.
- Para retirar la jarra de la base, no desenrosque el anillo de bloqueo. Simplemente agarre la jarra por el asa y álcela.
- No ponga líquido hirviendo o alimentos congelados (excepto hielo o pedacitos de fruta congelada de no más de 1/2 pulgada/1.5 cm) en la jarra.
- No ponga líquidos o alimentos muy fríos en la jarra después de sacarla del lavavajillas.
- No ponga líquidos o alimentos muy calientes en la jarra después de sacarla del congelador. Permita que los líquidos hervidos enfrién durante 5 minutos antes de meterlos en la jarra.
- Limpie la jarra, las cuchillas, el anillo de bloqueo y la tapa antes del primer uso, según se describe en la sección "Limpieza y mantenimiento".

FUNCIONAMIENTO

1. Coloque la base de la licuadora sobre una superficie plana y segura. Asegúrese de que la superficie esté limpia y seca. Ensamble la jarra, según se indicó en la sección ENSAMBLAJE. Conecte el cable a una toma de corriente.
2. Ponga los ingredientes en la jarra y cierre la tapa. Si desea agregar ingredientes durante el licuado, retire el tapón medidor y añada los alimentos por la abertura en la tapa. Vuelva a cerrar el tapón después de haber añadido los ingredientes. Nunca introduzca las manos en la jarra mientras el aparato esté conectado.

Nota: agregue los ingredientes líquidos primero, antes de los ingredientes sólidos. Obtendrá resultados más rápidos y homogéneos, sin cansar el motor.

Nota: para retirar la tapa, sosténgala por el borde y álcela; no la agarre por el tapón medidor.

3. **Para encender la licuadora:**



Oprima el botón ON/OFF. El indicador luminoso rojo empezará a parpadear, lo que indica que el aparato está bajo tensión.

4. **Elija la velocidad/función deseada:**

- A. Oprima el botón HIGH para velocidad alta o el botón LOW para velocidad baja. El indicador luminoso del botón ON/OFF y de la velocidad usada se iluminarán. La licuadora se pondrá en marcha.
- B. Presione el botón ICE CRUSH para picar hielo o el botón SMOOTHIE para preparar "smoothies"/batidos/licuados. El indicador luminoso del botón ON/OFF y de la función usada se iluminarán. La licuadora se pondrá en marcha; se apagará automáticamente al final del programa.
- C. Utilice la función de pulso para producir pulsaciones a intervalos regulares, para un licuado rápido y eficaz.
Para usar la función de pulso: primero, oprima el botón PULSE. El indicador luminoso azul empezará a parpadear. Presione repetidamente el botón deseado, HIGH o LOW. Repetir, hasta obtener el resultado deseado. Usted controla la duración de cada pulsación. El indicador luminoso azul del botón PULSE permanecerá encendido hasta apagar el aparato. La función de pulso es ideal para picar alimentos gruesos o controlar precisamente la textura de los alimentos picados. También puede usarla para empezar a licuar o procesar alimentos que suelen licuarse rápidamente.

ADVERTENCIA: CUANDO LOS INDICADORES LUMINOSOS PARRADEAN, ESTO SIGNIFICA QUE EL APARATO ESTÁ BAJO TENSIÓN. NO TOQUE LAS CUCHILLAS.

5. **Para interrumpir el licuado o apagar la licuadora:**

a. Para interrumpir el licuado (sin apagar el aparato):

Vuelva a oprimir el botón de velocidad usado. Por ejemplo, si está usando la velocidad alta, vuelva a oprimir el botón HIGH.

b. Para apagar la licuadora:

Oprima el botón ON/OFF.

c. Apagado automático:

Su licuadora cuenta con un sistema de apagado automático. Después de 2 minutos de funcionamiento continuo, se apagará automáticamente y volverá al modo de espera. Para seguir licuando, oprima el botón de velocidad deseada.

Para desalojar alimentos trabados: asegúrese de que el aparato esté apagado. para desalojar alimentos trabados en las cuchillas, Cierre la tapa antes de volver a encender el aparato. Asegúrese de que la espátula no haya quedado adentro de la jarra.

Para reiniciar el aparato: Este aparato está equipado con un dispositivo avanzado de protección térmica. Si esto ocurriera, desenchufe el aparato y permita que se enfríe durante 15 minutos. Retire una parte de los ingredientes de la jarra y/o suelte los alimentos trabados. Vuelva a encender el aparato, según se describe en las instrucciones de operación.

Después de terminar: apague y desenchufe el aparato. Espere hasta que las cuchillas estén totalmente inmóviles antes de retirar la jarra de la base. Para retirar la jarra de la base, no desenrosque el anillo de bloqueo. Simplemente agarre la jarra por el asa y álcela. Nunca introduzca las manos en la jarra mientras el aparato esté conectado.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Siempre apague y desconecte el aparato antes de limpiarlo. Las piezas de la licuadora son anti-corrosivas y fáciles de limpiar. Limpie todas las piezas antes del primer uso y después de cada uso. Examine cada pieza antes de volver a ensamblar el aparato. Si nota algún signo de deterioro o si la jarra está desconchada o rajada, NO UTILICE LA LICUADORA.

Retire la jarra de la base, alzándola. Para retirar las cuchillas, gírelas en sentido antihorario.

Retire las cuchillas. Lave las cuchillas y el sello de caucho en agua jabonosa tibia. Enjuáguelos y permita que sequen completamente.

PRECAUCIÓN: manipule las cuchillas con sumo cuidado; son MUY FILOSAS. No intente desarmar el juego de cuchillas.

Retire la tapa y el tapón medidor. Lávelos en agua jabonosa tibia; enjuáguelos y permita que sequen completamente. O métalos en el lavavajillas (nivel superior solamente). Lave la jarra en agua jabonosa tibia. Enjuáguela y permita que seque completamente. Nota: la jarra también puede lavarse en el lavavajillas.

Finalmente, limpie la base de la licuadora con un paño ligeramente humedecido y séquela bien. Nunca ponga la base en agua u otro líquido, ni en el lavavajillas.

Consejo: para limpiar las cuchillas de manera más efectiva, ponga un poco de detergente en la jarra y llénela hasta la mitad con agua tibia. Procesar a velocidad baja durante 15–30 segundos. Vacíe el agua jabonosa y repita con agua limpia. Enjuague y seque todas las piezas.

Cualquier otro servicio debe ser realizado por un técnico autorizado.

REGLAS BÁSICAS

Siempre haga esto:

- Asegúrese de que el voltaje de la toma de corriente corresponda al voltaje indicado debajo de la base del aparato.
- Siempre coloque la licuadora sobre una superficie seca, limpia y segura.
- **Siempre agregue los ingredientes líquidos antes de los sólidos. Esto producirá resultados más homogéneos.**
- Corte los alimentos grandes en pedacitos de aproximadamente 1 pulgada (2.5 cm). Corte el queso en pedacitos de ½ pulgada (1.5 cm) o menos.
- Utilice el tapón medidor para medir ingredientes líquidos como licor. Recuerde regresar el tapón sobre la tapa antes de licuar.
- Apague el aparato antes de raspar la jarra o desalojar alimentos trabados en las cuchillas. Utilice una espátula de plástico o de caucho únicamente. Nunca utilice utensilios de metal, los cuales podrían dañar la jarra o las cuchillas.
- Cierre la tapa firmemente antes de poner la licuadora en marcha. No encienda el aparato a menos que la tapa esté debidamente puesta.
- Asegúrese de que el juego de cuchillas esté debidamente sujetado a la jarra.
- Siempre retire las cuchillas antes de limpiar la jarra.
- Regrese los alimentos encima de las cuchillas tras rasparlos con una espátula.
- Asegúrese de que la jarra y las cuchillas estén completamente secas antes de picar hierbas, ajo, cáscara de limón, pan, nueces, especias, etc.
- Utilice la función de pulso para desalojar los alimentos pegados a la jarra.
- Utilice pulsaciones cortas para pulsar. Permita que las cuchillas se inmovilicen después de cada pulsación.

Nunca haga esto:

- No guarde alimentos o líquidos en la jarra.
- Nunca instale las cuchillas por sí solas sobre la base; el juego de cuchillas siempre debe encontrarse adentro de la jarra.
- No utilice la licuadora para montar claras, hacer puré de papas o amasar.
- No retire la jarra de la base durante el funcionamiento. Mantenga la tapa sobre la jarra durante el funcionamiento.
- Para retirar la jarra de la base, no desenrosque el anillo de bloqueo/juego de cuchillas. Simplemente agarre la jarra por el asa y ácela.
- No sobrellene la jarra. Si nota que el motor está haciendo fuerza, apague el aparato y retire una parte de los alimentos de la jarra.
- No introduzca ningún utensilio en la jarra durante el funcionamiento.
- Nunca utilice piezas o accesorios no aprobados por Cuisinart. Esto podría ser peligroso.
- No introduzca las manos en la jarra mientras el aparato esté conectado.
- No agregue líquido muy caliente o alimentos congelados (excepto hielo o pedacitos de fruta congelada de no más de ½ pulgada/1.5 cm) en la jarra. Permita que los líquidos hervidos enfrién durante 5 minutos antes de meterlos en la jarra.
- No encienda el aparato si la jarra está vacía.

GARANTÍA

GARANTÍA LIMITADA DE TRES AÑOS

Esta garantía es para los consumidores que residen en los EE.UU. solamente. Esta garantía reemplaza todas las demás declaraciones expresas de garantía. Usted es un consumidor si ha comprado su aparato

Cuisinart® en una tienda, para uso personal o casero. A excepción de los estados donde la ley lo permita, esta garantía no es para los detallistas u otros comerciantes. Cuisinart garantiza este aparato contra todo defecto de materiales o fabricación durante 3 años después de la fecha de compra original, siempre que el aparato haya sido utilizado para uso doméstico y según las instrucciones. Le aconsejamos que llene el formulario de registro disponible en www.cuisinart.com a fin de facilitar la verificación de la fecha de compra original. Sin embargo, registrar el producto no es necesario para recibir servicio bajo esta garantía. En ausencia del recibo de compra, el período de garantía será calculado a partir de la fecha de fabricación.

Si este aparato presentara algún defecto de materiales o fabricación durante el período de garantía, la reparemos o reemplazaremos (a nuestra opción). Para obtener servicio bajo esta garantía, llame a nuestra línea directa gratuita al 1-800-726-0190 o regrese el aparato defectuoso a: Cuisinart, 7475 North Glen Harbor Blvd. Glendale, AZ 85307.

Regrese el aparato defectuoso, junto con su recibo de compra y un cheque o giro postal de US\$10.00 por gastos de manejo y envío. Recuerde incluir su nombre, dirección y teléfono, la descripción del problema, así como cualquier información pertinente. Sentimos no poder aceptar otras formas de pago. Los residentes de California sólo necesitan dar una prueba de compra y deben llamar al 1-800-726-0190 para recibir instrucciones de envío.

NOTA: para más seguridad, le aconsejamos que mande su paquete por un método de entrega con seguro y seguimiento. Cuisinart no será responsable por los daños ocurridos durante el transporte o por los paquetes mandados a una dirección equivocada. Los productos perdidos y/o lastimados durante el envío no serán cubiertos bajo esta garantía.

RESIDENTES DE CALIFORNIA SOLAMENTE

La ley del estado de California ofrece dos opciones bajo el período de garantía. Los residentes del estado de California pueden (A) regresar el producto defectuoso a la tienda donde lo compraron o (B) a otra tienda que venda productos Cuisinart® de este tipo. La tienda, a su opción, reparará el producto, referirá el consumidor a un centro de servicio independiente, cambiará el producto o reembolsará

el consumidor por el precio original del producto, menos la cantidad imputable al uso del producto por el consumidor hasta que éste se dañe. Si estas dos opciones no satisfacen al consumidor, podrá llevar el aparato a un centro de servicio independiente, siempre que se pueda ajustar o reparar el aparato de manera económica.

Cuisinart será responsable por los gastos de servicio, reparación, reemplazo o reembolso de los productos defectuosos durante el período de garantía.

Los residentes de California también pueden, si lo desean, mandar el aparato defectuoso directamente a Cuisinart para que lo reparen o lo cambien. Para esto, se debe llamar a nuestro servicio posventa al 1-800-726-0190. Cuisinart será responsable por los gastos de reparación, reemplazo, manejo y envío de los productos defectuosos durante el período de garantía.

ANTES DE HACER REPARAR SU APARATO

Si su aparato tiene algún problema, le recomendamos que llame a nuestro servicio posventa al 1-800-726-0190 antes de regresar el aparato a Cuisinart. Muy a menudo, nuestro servicio de asistencia al cliente podrá ayudarlo a resolver el problema sin tener que regresar el aparato. Un representante le confirmará si su aparato sigue bajo garantía y le indicará la dirección del centro de servicio más cercano.

Este aparato satisface las más altas exigencias de fabricación y ha sido diseñado para uso sobre corriente de 120V, usando accesorios y piezas de repuesto autorizados solamente. Esta garantía excluye expresamente los daños causados por accesorios, piezas o reparaciones no autorizados por Cuisinart, así como los daños causados por el uso de un convertidor de voltaje. Esta garantía no cubre el uso institucional o comercial del producto, y no es válida en caso de daños causados por mal uso, negligencia o accidente. Esta garantía excluye expresamente todos los daños incidentales o consecuentes. Algunos Estados no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes, de modo que las limitaciones mencionadas pueden no regir para usted. Usted puede tener otros derechos que varían de un Estado a otro.

Importante: si debe llevar el aparato defectuoso a un centro de servicio no autorizado, por favor informe al personal del centro de servicio que deberían llamar al servicio posventa de Cuisinart al 1-800-726-0190 a fin de diagnosticar el problema correctamente, usar las piezas correctas para repararlo y asegurarse de que el producto esté bajo garantía.

©2014 Cuisinart
150 Milford Road
East Windsor, NJ 08520
Impreso en China
14CE001994

IB-12673-ESP

CONSEJOS

Las recetas a continuación incluyen algunas de nuestras recetas favoritas, así como algunas nuevas y creativas recetas que deleitarán a su familia y amigos. Gracias a la función para picar hielo, también podrá preparar deliciosas bebidas heladas sin esfuerzo.

Nueces picadas

Poner ½ taza (60 g) de nueces (sin cáscara) en la jarra y cierre la tapa. Procesar, usando la función PULSE a velocidad baja o alta, hasta obtener la textura deseada. Pulsar menos veces para conseguir pedazos más gruesos. Para lograr resultados óptimos, no procesar más de ½ taza (60 g) a la vez.

Pan rallado o galletas molidas

Cortar/romper el pan o las galletas en pedacitos de ½ pulgada (1.5 cm) o menos. Para lograr resultados óptimos, utilizar pan del día anterior. Poner los pedacitos de pan/galleta en la jarra y cerrar la tapa. Picar, usando la función PULSE a velocidad baja o alta, luego procesar hasta obtener la textura deseada. Para lograr resultados óptimos, no procesar más de 1 taza a la vez.

Hielo picado

Poner hasta 12 cubitos de hielo en la jarra. Cerrar la tapa. Presione el botón ICE CRUSH para obtener resultados finos. Utilice la función de pulso con la velocidad alta para obtener resultados más gruesos.

Ralladura

Asegurarse de que la jarra y las cuchillas estén totalmente secas. Pele la cáscara de la fruta con un pelador de vegetales. Quite la piel amarga (blanca) con un cuchillo. Poner 8 tiras (cáscara de un limón mediano) en la jarra de la licuadora. Cortar las tiras a la mitad. Agregar 1 cucharadita de azúcar o sal gruesa (de la receta). Cerrar la tapa. Procesar a velocidad baja durante 15–20 segundos.

Papillas

Poner ½ taza (100 g) de vegetales/frutas cocidas y 3–4 cucharadas de líquido (agua, leche, jugo de fruta o caldo) en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja durante 15–20 segundos. Agregue más líquido si fuera necesario y seguir procesando hasta obtener la textura deseada. Nota: siempre pregunte a su médico cuál comida conviene a su bebé.

Queso duro rallado

Quitar la corteza dura del queso y córtelo en pedacitos de ½ pulgada (1.5 cm). Poner el queso en la jarra. Procesar, usando la función de pulso a velocidad baja. Pulsar 10–12 veces, luego procesar continuamente hasta conseguir la consistencia deseada. No procesar más de 3 onzas (85 g) de queso a la vez.

Crema batida

Para lograr resultados óptimos, refrigerar la jarra durante 15 minutos antes de usarla. Poner 1 taza (235 ml) de crema líquida para batir o nata/crema para montar en la jarra. Cierre la tapa. Pulsar 20–30 veces, a velocidad baja, hasta conseguir la textura deseada. (no licuar demasiado). Agregar 1 cucharada de azúcar granulada y 1–2 cucharadita de extracto de vainilla u otro perfume si gusta. La crema será ligera y perfecta para servir con torta, helado, café o chocolate.

Cremas de vegetales

Colar la sopa, reservando los vegetales y el caldo por separado. Poner los alimentos cocidos en la jarra, junto con ½–1 taza (120–235 ml) del caldo. Licuar a velocidad baja, luego a velocidad alta, hasta obtener la consistencia deseada.

Permita que los alimentos calientes enfríen un poco antes de licuarlos. Esto evitará que el vapor se encierre adentro de la jarra, lo cual podría alzar la tapa durante el licuado. Cuando licua alimentos calientes, coloque una toalla sobre la tapa y sostenga ésta durante el licuado.

Guarde la licuadora en la encimera. Se sorprenderá de lo mucho que la usa.

Para preparar bebidas heladas, sustituya cubitos de jugo, yogur, leche o puré de fruta a cubitos de hielo. Esto evitará que las bebidas sean muy aguadas.

Para limpiar la jarra más rápidamente, ponga 1 taza (235 ml) de agua tibia y unas gotas de detergente en ésta. Cierre la tapa y haga funcionar a licuadora a velocidad baja o alta durante 15–30 segundos o más. Tire el agua jabonosa y repita con agua clara.

GUÍA DE REFERENCIA RÁPIDA

Para poner el aparato bajo tensión	Oprima el botón ON/OFF – La licuadora está en el modo de espera.
Para empezar a licuar	Oprima el botón de velocidad o la función pre-programada deseado.
Para cambiar la velocidad	Oprima el botón de velocidad deseado.
Para pulsar	Oprima el botón ON/OFF, PULSE, y luego el botón de velocidad deseado.
Para picar hielo	Oprima el botón ON/OFF, y luego el botón ICE CRUSH. El programa para picar hielo durará durante un ciclo.
Para apagar el aparato	Oprima el botón ON/OFF.
Para interrumpir el licuado (al usar una función específica)	Vuelva a oprimir la velocidad/función usada.
Para interrumpir el licuado (al usar la función de pulso)	Suelte el botón de velocidad
Para interrumpir el licuado (al usar la función ICE CRUSH)	Presione el botón ICE CRUSH otra vez.

GUÍA DE SELECCIÓN DE LA VELOCIDAD

Ingrediente	Velocidad	Resultado
Jugo, preparado con jugo concentrado congelado	LOW	Suave
Mayonesa	LOW	Espeso y cremoso
Aderezos para ensalada	LOW	Homogéneo y emulsionado
Nueces picadas (sin cáscara y no más de ½ taza/60 g)	PULSE/HIGH para picar	Grueso a fino
Crema batida	PULSE//LOW	Espeso y cremoso
Pan rallado/galletas molidas (no más de 1 taza/150 g, en pedacitos de ½ pulgada/1.5 cm)	PULSE//LOW para romper, y luego LOW	Grueso a fino
Ralladura (agregar 1–2 cucharadas de azúcar o sal de la receta)	LOW	Fino
Batidos y jugos naturales	SMOOTHIE	Suave, cremoso y espeso
Puré de verduras/frutas	LOW	Suave y cremoso
Cócteles helados	ICE CRUSH	Espeso y medio derretido
Queso duro rallado	PULSE//LOW para romper, y luego LOW	Grueso a fino
Hielo (aproximadamente 12 cubitos por ciclo)	ICE CRUSH	Grueso a fino

RECETAS

Batido proteico.....	11
"Smoothie" súper antioxidante	11
Batido verde dulce	11
Batido de frutas del bosque.....	11
Batido tropical rico en vitamina C.....	12
Ponche de ron helado.....	12
Batido moca	12
Crema de zanahoria con jengibre	12
Crema de verduras.....	13
Gazpacho	13
Vinagreta de champaña	14
Aderezo César cremoso.....	14
Aderezo "diosa verde"	14
Salsa holandesa	15
Salsa de pimiento rojo y ajo asados.....	15
"Crêpes" (mezcla).....	16
Salsa de frambuesa	16

Batido proteico

Este batido energético perfecto para llevar satisfará su hambre durante más tiempo.

Rinde aproximadamente 4½ tazas (1 L)

- 1½ **taza (355 ml) de leche vegetal (de soya, almendra o cáñamo) o regular**
- ½ **taza (120 ml) de yogur natural o yogur de vainilla**
- 1 **banano, en trozos**
- 1 **banano congelado, en trozos**
- 1½ **taza (225 g) de frutas del bosque congeladas**
- 2 **cucharadas de proteínas en polvo**
- 2 **cucharadas de miel (opcional)**

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar, usando la función SMOOTHIE.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (9 onzas/265 ml):
Calorías 159 (19% de grasa) • Carbohidratos 24 g
• proteínas 10 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 1 g
• Colesterol 4 mg • Sodio 69 mg • Calcio 220 mg
• Fibra 3 g

Batido súper antioxidante

¡Las frutas del bosque siempre están llenas de antioxidantes! Tómese este batido para el desayuno o después de un día de exceso, para empezar su nueva rutina de alimentación sana.

Rinde aproximadamente 6 tazas (1.4 L)

- 2 **taza (475 ml) de jugo de granada**
- 1 **banano, en trozos**
- 4 **tazas (300 g) de frutas del bosque congeladas**
- 2 **cucharadas de semillas de linaza en polvo**

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar, usando la función SMOOTHIE.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (8 onzas/235ml):
Calorías 118 (11% de grasa) • Carbohidratos 28 g
• proteínas 1 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g
• Colesterol 0 mg • Sodio 5 mg • Calcio 14 mg • Fibra 4 g

Batido verde dulce

Este batido verde dulce – ¡Sí, dulce! – le dará el impulso de energía que necesita temprano por la mañana o al final de la tarde.

Rinde aproximadamente 3½ tazas (830 ml)

- 1½ **taza (355 ml) de leche de almendra**
- 6 **tallos de col rizada "locinato", en trozos pequeños**
- 1 **manzana mediana a grande, pelada y cortada en cubos**
- ¾ **taza (175 g) de cubos de mango congelado**
- ¾ **taza (100 g) de fresas congeladas**

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar, usando la función SMOOTHIE. Para obtener una consistencia más suave, licuar otra vez, usando la función SMOOTHIE.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (7 onzas/200 ml):
Calorías 82 (15% de grasa) • Carbohidratos 18 g
• proteínas 1 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g
• Colesterol 0 mg • Sodio 128 mg • Calcio 102 mg
• Fibra 3 g

Batido de frutas del bosque

Esta combinación refrescante de frutas frescas y congeladas es perfecta en cualquier momento del día.

Rinde 5 tazas (1.2 L)

- 1½ **taza (355 ml) de jugo de naranja**
- 1½ **taza (225 g) de pedazos de banano**
- 1½ **taza (300 g) de fresas**
- ¾ **taza (100 g) de frutas del bosque congeladas**
- 1½ **taza (225 g) de fresas congeladas**

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar, usando la función SMOOTHIE.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (8 onzas/235 ml):
Calorías 120 (3% de grasa) • Carbohidratos 30 g
• proteínas 1 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g
• Colesterol 0 mg • Sodio 2 mg • Calcio 23 mg • Fibra 4 g

Batido tropical rico en vitamina C

Este sabroso batido le ayudará a combatir el resfrío. Y sus sabores tropicales le transportarán inmediatamente hasta climas más calientes.

Rinde aproximadamente 5 tazas (1.2 L)

- 1** taza (235 ml) de jugo de naranja
- 2** tazas (400 g) de fresas frescas
- 1** naranja pequeña a mediana, en trozos
- 1** taza (150 g) de cubos de papaya
- 1** taza (150 g) de cubos de mango
- 2** tazas (300 g) de fresas congeladas

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar, usando la función SMOOTHIE.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (8 onzas/235 ml):

- Calorías 106 (3% de grasa) • Carbohidratos 26 g
- proteínas 1 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g
- Colesterol 0 mg • Sodio 5 mg • Calcio 42 mg • Fibra 4 g

Ponche de ron helado

Puede que sus amigos nunca se vayan si prepara este ponche durante su próxima reunión.

Rinde aproximadamente 6 tazas (1.4 L)

- ½** taza (120 ml) de jugo de naranja
- 3** cucharadas de jugo de lima/limón verde fresco (aproximadamente 2 limas/limones)
- ¾** taza (175 ml) de ron
- 1** cucharada de jarabe de granadina
- 3** tazas (495 g) de piña fresca picada
- 2** tazas (475 ml) de sorbete de mango
- 6** cubitos de hielo

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar a velocidad alta durante aproximadamente 1 minuto, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (4 onzas/10 ml):

- Calorías 111 (0% de grasa) • Carbohidratos 22 g
- proteínas 0 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g
- Colesterol 0 mg • Sodio 107 mg • Calcio 1 mg • Fibra 1 g

Batido moca

Esta delicia de café y chocolate es perfecta para los aficionados a los dulces.

Rinde aproximadamente 4½ tazas (1 L)

- 3** tazas (710 ml) de helado de café
- 2¼** tazas (500 ml) de leche baja en grasa
- ¼** taza (60 ml) de jarabe de chocolate

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar a velocidad baja durante 30–40 segundos, hasta obtener una mezcla suave.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción (4 onzas/120 ml):

- Calorías 203 (58% de grasa) • Carbohidratos 17 g
- proteínas 5 g • Grasa 13 g • Grasa saturada 8 g
- Colesterol 83 mg • Sodio 65 mg • Calcio 145 mg
- Fibra 0 g

Crema de zanahoria con jengibre

El jengibre fresco es lleno de sabor. Le encantará como realza los sabores cálidos de esta sopa suave y untuosa.

Rinde aproximadamente 5 tazas

- 2** cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal o aceite de oliva
- 1** cebolla pequeña, picada
- ½** onza (15 g) de jengibre, pelado y finamente picado
- 1** diente de ajo, finamente picado
- 1** libra (455 g) de zanahorias, peladas y cortadas en trozos
- ½** cucharadita de sal kosher
- ¼** cucharadita de canela en polvo
- ⅙** cucharadita de pimienta de Jamaica en polvo
- 1** pizca de nuez moscada rallada
- 1** ramita de tomillo
- 4** tazas (945 ml) de caldo de pollo bajo en sodio

1. Poner el aceite de oliva a calentar a fuego medio, en una cacerola mediana. Agregar la cebolla, el jengibre y el ajo; saltear suavemente.
2. Agregar las zanahorias, la sal, la canela, la pimienta de Jamaica, la nuez moscada y el tomillo. Revolver y dejar que caliente.

3. Agregar el caldo de pollo. Subir el fuego. Cuando la sopa empiece a hervir, reducir el fuego. Cubrir y cocer a fuego lento durante 50–60 segundos, hasta que las zanahorias estén suaves.

4. Cuando los vegetales estén tiernos, colar la sopa, reservando los vegetales y el caldo por separado. Poner la mitad de los vegetales y la mitad del caldo en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja durante 10 segundos, luego terminar de licuar a velocidad alta. Poner la crema en una olla limpia. Repetir con el resto de los ingredientes. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción (1 taza/235 ml):
Calorías 96 (42% de grasa) • Carbohidratos 12 g
• proteínas 3 g • Grasa 5 g • Grasa saturada 3 g
• Colesterol 12 mg • Sodio 757 mg • Calcio 37 mg
• Fibra 3 g

Crema de verduras

¡Esta sustanciosa sopa es una delicia! Aderécela con una cucharada de crema y perejil.

Rinde aproximadamente 5 tazas (1.2 L)

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 2 cucharadas (30 g) de mantequilla sin sal
- 2 chalotes pequeños, finamente picados
- 3 dientes de ajo, machacados
- 1 puerro pequeño, en rodajas (parte blanca solamente)
- 1 manojo de col rizada ("kale"), sin tallos y picada
- 1 manojo de perejil italiano, sin tallos y picado grueso
- ½ cucharadita de sal kosher
- ¼ cucharadita de pimienta negra recién molida
- 4 tazas (945 ml) de caldo de vegetales bajo en sodio
- ½ taza (120 ml) de crema líquida para batir ("heavy cream"), a temperatura ambiente

1. Poner el aceite y la mantequilla a calentar a fuego medio, en una cacerola mediana. Cuando la mantequilla esté derretida, agregar el chalote, el ajo y el puerro. Saltear suavemente, sin permitir que se doren.

2. Agregar la col rizada, el perejil, la sal y la pimienta. Revolver bien. Agregar el caldo y cocer justo hasta que empiece a hervir. Cubrir y bajar el fuego. Cocer a fuego lento durante 30 minutos. Agregar la crema y seguir cociendo a

fuego lento durante 20–30 minutos adicionales, sin cubrir.

3. Poner los ingredientes en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja durante 10 segundos, luego a velocidad alta durante 45 segundos. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción (1 taza/235 ml):
Calorías 216 (67% de grasa) • Carbohidratos 14 g
• proteínas 5 g • Grasa 17 g • Grasa saturada 9 g
• Colesterol 45 mg • Sodio 694 mg • Calcio 129 mg
• Fibra 2 g

Gazpacho

Esta sopa que no requiere cocerse es perfecta para su próximo asado. Es ideal para un día caliente de verano.

Rinde aproximadamente 7 tazas (1.6 L)

- 3 tazas (710 ml) de jugo de tomate o de vegetales para cóctel
- 1–2 dientes de ajo
- 1 rama grande de apio, en trozos
- 1 pepino mediano a grande, pelado, partido longitudinalmente a la mitad y cortado en rodajas gruesas
- 1 pimiento dulce amarillo o rojo, en cubos
- 1 jalapeño, sin semillas, en trocitos
- 6 cebolletas ("green onions"), en trocitos
- 4 tomates medianos, sin semillas, en pedazos
- 3 cucharadas de vinagre de jerez
- ½ cucharadita de sal kosher
- ¼ cucharadita de pimienta negra recién molida

1. Colocar 1 taza (235 ml) del jugo, el ajo, el apio, el pepino, el pimiento, el jalapeño y las cebolletas en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja durante 15–20 segundos, hasta que los vegetales estén picados medio a fino. Colocar en un tazón para servir.

2. Colocar el jugo remanente y los tomates en la jarra. Pulsar 4–5 veces, usando la velocidad alta, para picar (o licuar completamente si desea que el gazpacho tenga una consistencia más suave). Agregar al tazón, con el resto de los vegetales. Sazonar con vinagre de jerez, sal y pimienta. Probar y ajustar la sazón al gusto.

3. Refrigerar antes de servir.

Información nutricional por porción (1 taza/235 ml):
Calorías 47 (6% de grasa) • Carbohidratos 9 g
• proteínas 2 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g
• Colesterol 0 mg • Sodio 399 mg • Calcio 23 mg
• Fibra 2 g

Vinagreta de champaña

Este aderezo multiuso muy versátil es perfecto para aderezar ensaladas, aliñar carnes o servir con vegetales asados.

Rinde aproximadamente 1 taza (235 ml)

- 2½** cucharadas de vinagre de champaña
- 1** cucharadita de mostaza de Dijon
- ¼** cucharadita de sal kosher
- ¼** cucharadita de pimienta negra recién molida
- 1** chalote pequeño, partido a la mitad
- ¾** taza (175 ml) de aceite de oliva virgen extra

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar a velocidad baja durante aproximadamente 20 segundos, hasta conseguir una mezcla homogénea.
3. Probar y ajustar la sazón al gusto. Usar inmediatamente o conservar en el refrigerador durante hasta 1 semana, en un recipiente hermético. Dejar entibiar a temperatura ambiente y revolver antes de servir.

Información nutricional por porción (1 cucharada):

- Calorías 91 (99% de grasa) • Carbohidratos 0 g
- proteínas 0 g • Grasa 11 g • Grasa saturada 2 g
- Colesterol 0 mg • Sodio 45 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g

Aderezo César cremoso

Combinar con lechuga romana, picatostes y queso Parmesano recién rallado para crear la ensalada César por excelencia.

Rinde aproximadamente ¾ taza (175 ml)

- 1** onza (30 g) de queso Parmesano, en cubitos
- 1** diente de ajo grande
- 1** yema de huevo grande*
- 2** cucharaditas de mostaza de Dijon
- 1** cucharada de vinagre blanco (por ej. de vino blanco o champaña)
- 1** cucharada de vinagre balsámico
- 1** cucharada de jugo de limón fresco
- 1** cucharadita de salsa Worcestershire
- 1** filete de anchoa (o 1–2 cucharaditas de

pasta de anchoa)

- ½** cucharadita de sal kosher
- ¼** cucharadita de pimienta negra recién molida
- ⅓** taza (80 ml) de aceite vegetal
- ⅓** taza (80 ml) de aceite de oliva virgen extra

1. Colocar el queso y el ajo en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad alta durante 5 segundos para picar.
2. Raspar la jarra y agregar la yema, la mostaza, los diferentes tipos de vinagre, el jugo de limón, la salsa Worcestershire, el filete de anchoa, la sal y la pimienta. Licuar a velocidad baja durante aproximadamente 10 segundos.
3. Combinar los aceites en una taza medidora con pico. Encender la licuadora a velocidad baja y agregar lentamente el aceite por la abertura en la tapa (tapar la abertura con el tapón o un paño para evitar las salpicaduras).
4. Seguir licuando para emulsionar, durante un total de 45 segundos.
5. Ajustar la sazón al gusto. Usar inmediatamente o conservar en el refrigerador durante hasta 3 días, en un recipiente hermético. Dejar entibiar a temperatura ambiente y revolver antes de servir.

Información nutricional por porción (1 cucharada):

- Calorías 109 (94% de grasa) • Carbohidratos 1 g
- proteínas 1 g • Grasa 12 g • Grasa saturada 2 g
- Colesterol 25 mg • Sodio 146 mg • Calcio 27 mg
- Fibra 0 g

Aderezo "diosa verde"

Este aderezo clásico repleto con hierbas frescas tiene un sabor muy refrescante. Es perfecto para acompañar pollo o vegetales asados, o una ensalada.

Rinde aproximadamente 1¼ taza (295 ml)

- 1** filete de anchoa
- 2** cucharaditas de vinagre blanco
- ⅓** taza (30 g) de hojas de perejil italiano fresco
- 2** cucharadas de estragón fresco
- 2** cucharadas de cebollinos ("chives") picados
- 1** taza (235 ml) de yogur griego sin grasa
- ¼** taza (60 ml) de mayonesa
- ½** cucharadita de sal kosher

¼ cucharadita de pimienta negra recién molida

1 diente de ajo pequeño

Información nutricional por porción (1 cucharada):
Calorías 85 (94% de grasa) • Carbohidratos 0 g
• proteínas 1 g • Grasa 9 g • Grasa saturada 5 g
• Colesterol 81 mg • Sodio 47 mg • Calcio 8 mg • Fibra 0 g

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar a velocidad baja durante aproximadamente 30 segundos, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción (2 cucharadas):
Calorías 55 (73% de grasa) • Carbohidratos 1 g
• proteínas 2 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 1 g
• Colesterol 4 mg • Sodio 162 mg • Calcio 36 mg
• Fibra 0 g

Salsa holandesa

Advertencia: ¡Preparar esta exquisita salsa clásica en la licuadora Cuisinart® casi es demasiado fácil!

Rinde ¾ taza (175 ml)

½ taza (115 g) de mantequilla sin sal
4 yemas de huevo grande
¼ cucharadita de sal kosher
1 pizca de mostaza en polvo
1 pizca de pimienta negra recién molida
1½ cucharada de jugo de limón fresco

1. Poner la mantequilla en una cacerola y derretirla a fuego lento.
2. Poner el resto de los ingredientes en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja durante aproximadamente 30 segundos.
3. Sin apagar la licuadora, retirar el tapón y agregar lentamente la mantequilla derretida por la abertura en la tapa (tapar la abertura con el tapón o un paño para evitar las salpicaduras). Nota: tener cuidado de no añadir las partículas sólidas blancas de leche que están en el fondo de la cacerola. Después de haber añadido la mantequilla, averiguar la consistencia de la salsa. Revolver con una espátula larga para combinar la yema que puede haberse acumulada en las cuchillas. Si la consistencia parece demasiado espesa, agregar agua caliente, una cucharada a la vez, y licuar hasta conseguir la consistencia deseada.
4. Probar y ajustar la sazón al gusto. Servir inmediatamente, o bien mantener caliente a baño María hasta el momento de servir.

Salsa de pimiento rojo y ajo asados

Sirva esta salsa con pollo, cerdo, pescado o pasta.

Rinde 1½ taza (355 ml)

3 pimientos dulces rojos
2 dientes de ajo, no pelados
1 cucharada de vinagre de vino tinto
¼ taza (60 ml) de caldo de pollo bajo en sodio (usar más para conseguir una salsa más líquida)
½ cucharadita de sal kosher

1. Precalentar el horno a 425 °F (220 °C). Forrar una placa para horno con papel sulfurizado. Disponer los pimientos y el ajo sobre la placa.
2. Meter al horno y asar durante 20 minutos. Retirar el ajo y ponerlo en un recipiente a prueba de calor. Regresar la bandeja al horno y seguir asando los pimientos durante 30 minutos adicionales, volteándolos varias veces para que queden uniformemente asados.
3. Cuando los pimientos estén asados, ponerlos en el recipiente con el ajo y cubrir el recipiente con una película de plástico. Dejar reposar durante 30 minutos para despegar la piel. Tras enfriar, pelar el ajo y los pimientos.
4. Colocar el vinagre, los pimientos, el ajo y la sal en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja durante aproximadamente 10 segundos. Sin apagar la licuadora, retirar el tapón y agregar el caldo de pollo caliente. Procesar durante 20 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Para obtener una salsa más líquida, agregar más caldo.
5. Servir con carne, pollo, pescado o vegetales asados.

Información nutricional por porción (½ taza/120 ml):
Calorías 41 (8% de grasa) • Carbohidratos 8 g
• proteínas 2 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g
• Colesterol 0 mg • Sodio 413 mg • Calcio 12 mg
• Fibra 3 g

"Crêpes" (mezcla)

Las "crêpes" son un plato muy versátil. Son tan ricas con rellenos dulces (azúcar, mermelada de fruta, chocolate, frutas, crema batida, etc.) como con rellenos salados (huevos y jamón, vegetales con salsa holandesa, etc.).

Rinde aproximadamente 12 "crêpes" de 8 pulgadas (10 cm)

- 3** huevos grandes, a temperatura ambiente
- ¼** taza (55 g) de mantequilla sin sal, derretida y enfriada
- ¾** taza (95 g) de harina común
- ½** cucharadita de sal kosher
- 1** cucharada de azúcar granulada
- 1** taza (235 ml) de leche baja en grasa, a temperatura ambiente
- 1** cucharadita de extracto natural de vainilla
- 1** cucharadita de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente

1. Poner los huevos, la mantequilla derretida, la harina, la sal y el azúcar en la jarra de la licuadora. Licuar a velocidad baja. Sin apagar la licuadora, abrir el tapón y agregar a leche y la vainilla. Seguir licuando durante 15–20 segundos, hasta obtener una mezcla suave. Dejar reposar la mezcla durante ½ hora o más, en el refrigerador. Volver a licuar brevemente la mezcla antes de usarla, colándola si es necesario.
2. Derretir una cucharadita de mantequilla a fuego medio, en un sartén antiadherente. Cuando esté caliente, agregar ¼ taza (60 ml) de la mezcla y mover rápidamente el sartén para esparcirla hasta que cubra el fondo de éste. Cuando la orilla esté ligeramente dorada, dar vuelta a la "crêpe" con una espátula a prueba de calor y cocer el otro lado por un minuto. Repetir con el resto de la mezcla.
3. Servir con su relleno salado o dulce favorito.

Información nutricional por "crêpe":

- Calorías 92 (52% de grasa) • Carbohidratos 8 g
- proteínas 3 g • Grasa 5 g • Grasa saturada 3 g
- Colesterol 59 g • Sodio 129 mg • Calcio 36 mg • Fibra 0 g

Salsa de frambuesa

Esta salsa dulce es ideal para acompañar una variedad de postres, desde helado hasta tarta de queso o chocolate.

Rinde aproximadamente 1¼ taza (295 ml)

- 12** onzas (350 g) de frambuesas congeladas, descongeladas
- ¼** taza (50 g) de azúcar granulada
- 1** pizca de sal kosher
- 1** pizca de ralladura de naranja

1. Colocar todos los ingredientes en la jarra, en el orden indicado.
2. Licuar a velocidad alta durante aproximadamente 15 segundos, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Colar con colador de malla fina y tirar las semillas.
4. Probar y ajustar la sazón al gusto. Conservar en el refrigerador durante hasta 7–10 días.

Información nutricional por porción (2 cucharadas):

- Calorías 55 (1% de grasa) • Carbohidratos 14 g
- proteínas 0 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g
- Colesterol 0 mg • Sodio 29 mg • Calcio 10 mg • Fibra 1 g

*Advertencia: los huevos crudos y parcialmente cocidos pueden estar contaminados con bacterias nocivas, como la salmonella. Para reducir el riesgo de infección, le aconsejamos que utilice huevos frescos, limpios y debidamente refrigerados de calidad A o AA, con cáscara intacta, y que evite el contacto entre las yemas o las claras y la cáscara. Para preparar mayonesa baja en colesterol, sustituir la yema por sustituto de huevo.