CONGRATULATIONS
on the purchase of your Breville product

Register online for product support and exclusive offers.*

USA Consumers: www.brevilleusa.com
Canadian Consumers: www.breville.ca

*Registering is not a substitute for proof of purchase when submitting a Warranty Claim.
BREVILLE RECOMMENDS SAFETY FIRST

We at Breville are very safety conscious. We design and manufacture consumer products with the safety of you, our valued customer, foremost in mind. In addition, we ask that you exercise a degree of care when using any electrical appliance and adhere to the following precautions:

IMPORTANT SAFEGUARDS

CAREFULLY READ ALL INSTRUCTIONS THOROUGHLY BEFORE OPERATING

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

- To protect against fire, electrical shock and injury to persons, do not immerse the appliance, motor base, cord or plug in water or any other liquid.
- Close supervision is necessary when the appliance is used by or near children.
- Unplug from outlet when not in use, before putting on or taking off parts, and before cleaning or attempting to move the appliance.
- Avoid contact with moving parts.
- Regularly inspect the supply cord, plug and actual appliance for any damage.
- Do not operate any appliance with a damaged cord or plug or after the appliance malfunctions, or is dropped or damaged in any manner. Contact Breville consumer support for assistance.
- The use of attachments not recommended or sold by Breville may cause fire, electric shock or injury.
- This appliance is for household use only. Do not use this appliance for anything other than its intended use. Do not use in moving vehicles or boats. Do not use outdoors. Misuse may cause injury.
- Do not let the power cord hang over the edge of a table or counter-top.
- Do not let the power cord touch hot surfaces, including stove, or become knotted.
- Always make sure the juicer cover is clamped securely in place (with safety locking arm) before the motor is turned on. Do not unfasten the clamps (safety locking arm) while the juicer is in operation.
- Always ensure the juicer is turned off after each use. Make sure the filter basket has stopped rotating and the motor has completely stopped before disassembling.
- Do not push food into the feed chute with your fingers or other utensils. Always use the food pusher provided. Do not place hand or fingers into the food chute when it is attached to the appliance. If food becomes lodged in feed chute, use food pusher provided or another piece of fruit or vegetable to push it down. Turn motor off and ensure that all moving parts have stopped before disassembling juicer to remove the remaining food.
- Do not use appliance if the rotating sieve (filter basket) is damaged.
- Do not use the appliance without the pulp container attached to juicer and juicer cover. Please see assembly instructions for proper placement.
- Do not modify the plug in any way. If the unit has a 2-pin plug it is a polarized plug. To reduce the risk of electric shock, this plug will fit in a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully in the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician.
- Hard fruits and vegetables will put excess strain onto the motor if a low speed is selected.
- Remove rind from all citrus fruit before juicing.
- Do not juice stone fruit unless pits or seed stone have been removed.
- The appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.
- Do not leave the appliance unattended when in use.
- Keep hands, fingers, hair, clothing as well as spurtals and other utensils away from the appliance during operation.
- Keep the appliance clean. Refer to care and cleaning section.
- Any maintenance other than cleaning should be performed by an authorized Breville Service Center. Do not attempt to repair or service juicer. Contact Breville Consumer Support for assistance.
- If any of the contained instructions or warnings are not understood please contact Breville Consumer Support for assistance.

WARNING

Extra wide feed chute. Do not place hands or foreign objects down feed chute. Always use the food pusher provided.

SAVE THESE INSTRUCTIONS
SHORT CORD INSTRUCTIONS
Your Breville appliance is fitted with a short power supply cord to reduce personal injury or property damage resulting from pulling, tripping or becoming entangled with a longer cord. If an extension cord is used, (1) the marked electrical rating of the cord set or extension cord should be at least as great as the electrical rating of the appliance, (2) the cord should be arranged so that it will not drape over the countertop or table-top where it can be pulled on by children or tripped over unintentionally and (3) the extension cord must include a 3-prong grounding plug.

BREVILLE ASSIST™ PLUG
Your Breville appliance comes with a unique Assist™ Plug, conveniently designed with a finger hole to ease removal from the wall outlet. For safety reasons it is recommended you plug your Breville appliance directly into its own electrical outlet on a dedicated circuit separate from other appliances. If the electric circuit is overloaded with other appliances, your appliance may not function properly. It is not recommended to use with a power strip.
KNOW YOUR BREVILLE PRODUCT

A. Food Pusher
   For pushing whole fruit and vegetables down the Feed Chute.
   (NOT dishwasher safe)

B. Patented Extra Wide Feed chute
   Fits whole apples, carrots, tomatoes and peeled oranges. Makes juicing fruit and vegetables fast and easy.

C. Safety Locking Arm
   Juicer will not operate without Juicer Cover in place and Safety Locking Arm in place in the vertical operating position.

D. Large Pulp Container
   With integrated handle
   (dishwasher safe - top rack)

E. OFF Button

F. Juicer Cover
   (dishwasher safe - top rack)

G. Stainless Steel Nutri Disc™
   (dishwasher safe - top rack)

H. High performance
   1000 watt motor.

I. Two-speed Electronic Control
   Low speed for softer fruits and vegetables and High speed for harder fruits and vegetables.

J. 34fl oz (1 litre) Juice Jug
   (dishwasher safe - top rack)

NOTE

All Dishwasher Safe Parts are TOP SHELF ONLY.

ASSEMBLING

your Breville product

Not Shown

Overload Protection Button
To safeguard against overheating

Power Cord
Wraps around feet and clips into position under base.
ASSEMBLING YOUR BREVILLE PRODUCT

1. Place Filter Bowl Surround on top of the Motor Base.

2. Align the arrows on the Nutri Disc™ with the arrows on the Motor Drive coupling and push down until it clicks into place. Ensure the Nutri Disc™ is fitted securely inside the Filter Bowl Surround and onto the Motor Base.

3. Place the Juicer Cover over the Filter Bowl Surround, positioning the Juicer Cover over the Nutri Disc™ and lower into position.

4. Raise the Safety Locking Arm up and lock into the two grooves on either side of the Juicer Cover. The Safety Locking Arm should now be in a vertical position and locked into place on top of the Juicer Cover.

5. Slide the Food Pusher down the Feed Chute by aligning the groove in the Food Pusher with the small protrusion on the inside of the top of the Feed Chute.

6. Continue to slide the Food Pusher down the Feed Chute.

7. Place the pulp container into position by tilting slightly.

HINT

To minimize cleaning we suggest you place a produce bag into the pulp container to collect the pulp.

8. Place the Juice Jug provided under the spout on the right hand side of the Juicer. The lid can be placed on to avoid any splatter.
OPERATING

your Breville product

OPERATING YOUR BREVILLE PRODUCT

1. Wash your selection of fruit and vegetables ready for juicing.

NOTE

Most fruit and vegetables such as apples, carrots and cucumbers will not need to be cut to size as these will fit into the feed chute whole. When juicing carrots place the tip of the carrot into the feed chute last.

2. Ensure the juicer is correctly assembled. Ensure the Stainless Steel Filter is thoroughly cleaned before each use. Ensure you place the Juice Jug under spout before commencing juicing.

3. Plug the power cord into a 110 or 120V power outlet. Flip the two-speed switch either up for low speed or down for high speed depending on the type of fruit or vegetable being juiced and the unit will automatically start. Use the speed selector table as a guide for juicing different fruits and vegetables.

4. With the motor running, place food into the Feed Chute. Using the Food Pusher, gently guide food down the Feed Chute. To extract the maximum amount of juice, always push the Food Pusher down slowly.

5. Juice will flow into the Juice Jug and the separated pulp will accumulate in the Pulp Container.

⚠️ WARNING

Never use fingers to push food down the feed chute or clear the feed chute. Always use food pusher provided.

NOTE

The Pulp Container can be emptied during juicing by turning the Juicer OFF and then carefully removing the Pulp Container. (Replace empty Pulp Container before continuing to juice). Do not allow the Pulp Container to overfill as this may prevent correct operation or damage the unit.

HINT

To minimize clean up, place a produce bag into the Pulp Container to collect the pulp.

OVERLOAD PROTECTION BUTTON

The Breville juicer is fitted with a safety device which safeguards against overheating with excessive loads. If this occurs, the juicer will automatically activate the overload protection button and the unit will turn itself off. If this occurs unplug the Juicer from the power outlet and allow the unit to cool. Then press the Overload Protection Button found on the bottom of the Motor Base. The safety device will then be reset and the juicer is ready for use again.
### OPERATING YOUR BREVILLE PRODUCT

<table>
<thead>
<tr>
<th>Speed Selector Table</th>
<th>Speed Selector Table</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>Apples</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Apricots</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Beet</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Blueberries</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Broccoli</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Brussels Sprout</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Cabbage</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Carrots</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Cauliflower</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Celery</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Cucumber</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Fennel</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Grapes</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Kiwi Fruit</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Mangoes</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Nectarines</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Oranges</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Peaches</strong></td>
<td>• High or Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pears</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Pineapple</strong></td>
<td>• High (for HARD)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>• Low (for SOFT)</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Plums</strong></td>
<td>• High</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Raspberries</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Tomatoes</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Watermelon</strong></td>
<td>• Low</td>
</tr>
</tbody>
</table>
1. Push the OFF button on the juicer and then unplug from the power outlet.

2. Remove the Pulp Container by holding the handle and pivoting the bottom of the Pulp Container away from the juicer.

3. Place both hands on either side of the Locking Arm and pull back and lift over the grooves on either side of the Juicer Cover.

4. Move the locking arm down.

5. Lift the Juicer Cover off the juicer.

6. To remove the Nutri Disc™, hold base of juicer and turn Filter Bowl Surround by the Juice Spout.

7. Lift off the Filter Bowl Surround with the Nutri Disc™ still in place.

8. To remove the Nutri Disc™, turn the Filter Bowl Surround upside down and carefully remove the Nutri Disc™ (it is recommended to remove the Nutri Disc™ over the sink).

⚠️ WARNING
The Nutri Disc™ contains small sharp teeth and a sharp blade to cut and process fruits and vegetables. Do not touch teeth or the blade when handling the filter basket.
CARE & CLEANING
for your Breville product

- Always ensure that the Breville juicer is turned off. Remove the plug from the power outlet before cleaning, disassembling or assembling and storing the appliance.
- Follow these instructions to clean all surfaces of parts that come into contact with food during normal use.
- For easy cleaning – immediately after each use rinse removable parts under running water (to remove wet pulp). Allow parts to air dry.
- After disassembling the unit all removable parts may be washed in hot soapy water.
- The juicer Cover, Filter Bowl Surround, Pulp Container, Nutri Disc™ and Juice Jug are dishwasher safe (top rack only).
- Wipe the Motor Base with a damp cloth.
- For consistent juicing results always ensure that the Nutri Disc™ is thoroughly cleaned using the supplied nylon brush. Using the nylon washing brush, hold the Nutri Disc™ under running water and brush from the inside of the basket, hold it up towards a light to ensure the fine mesh holes are not blocked. If the holes are blocked soak the Nutri Disc™ in hot water with 10% lemon juice to loosen the blocked holes. Alternatively wash the Nutri Disc™ in the dishwasher.
- Do not soak the Nutri Disc™ in bleach.
- Always treat the Nutri Disc™ with care as it can be easily damaged.

FOOD STAINS AND ODORS
Discoloration of the plastic may occur with brightly colored fruit and vegetables. To help prevent this, wash parts immediately after use. If discoloration does occur, the plastic parts can be soaked in water with 10% lemon juice or they can be cleaned with a non abrasive cleaner.

NOTE
To assist with cleaning, soak the Nutri Disc™ in hot soapy water for approximately 10 minutes immediately after juicing is completed. If pulp is left to dry on the filter it may clog the fine pores of the filter mesh thereby lessening the effectiveness of the Juicer. For your convenience a nylon cleaning brush has been included with your juicer.

HINT
To minimize cleaning, line the pulp container with a produce bag to collect the pulp. Pulp can then be used for other dishes, or as compost for the garden or discarded.
<table>
<thead>
<tr>
<th>POSSIBLE PROBLEM</th>
<th>EASY SOLUTION</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Machine will not work when turned ON.</td>
<td>The Safety Locking Arm may not be correctly engaged in the vertical operating position with the locking arm located into the two grooves on either side of the Juicer Cover</td>
</tr>
<tr>
<td>Motor appears to stall when juicing.</td>
<td>Wet pulp can build up under the juicer cover if the juicing action is too vigorous. Try slower juicing action by pushing the food pusher down slower. Follow Disassembling and Cleaning instructions and clean the filter bowl surround, the stainless steel filter basket and the juicer cover. Hard fruit and vegetables will put excess strain onto the motor if a low speed is selected. Please refer to the juicing guide to determine the correct speed for the fruit and vegetables selected for juicing.</td>
</tr>
<tr>
<td>Excess pulp building up in the Stainless Steel Filter Basket.</td>
<td>Stop the juicing process and follow Disassembling instructions. Remove the juicer cover, remove pulp, reassemble and begin juicing again. Try alternating soft and hard vegetables and fruit varieties.</td>
</tr>
<tr>
<td>Pulp too wet and reduced extracted juice.</td>
<td>Try a slower juicing action. Remove the Nutri Disc™ and thoroughly clean mesh walls with a cleaning brush. Rinse the filter basket under hot water. If the fine mesh holes are blocked, soak the basket in a solution of hot water with 10% lemon juice to unlock the holes or wash in the dishwasher. This will remove excess fiber build up (from fruit and vegetables) which could be inhibiting the flow.</td>
</tr>
<tr>
<td>Juice leaks between the rim of the Juicer Cover and the juicer.</td>
<td>Try a slower juicing speed and push the food pusher down the feed chute slower.</td>
</tr>
<tr>
<td>The unit will not turn on.</td>
<td>Check the Overload Protection Button on the bottom of the Motor Base to insure the safety device has not been activated automatically.</td>
</tr>
</tbody>
</table>
TIPS ON JUICING

THE INSIDE INFORMATION ON JUICING

PREPARATION OF FRUIT AND VEGETABLES

PURCHASING AND STORAGE OF FRUIT AND VEGETABLES

THE RIGHT TECHNIQUE

Although juice dots are usually developed with fruit, the benefits certainly add to the flavor and aroma of the juice. The most important part of fruit and vegetables is that they are fresh, whole and unprocessed. Once you have a selection of ingredients, you can start making your juice!

Always store ingredients in the refrigerator until required.

You may wish to refrigerate ingredients such as carrots, onions, garlic, cucumbers and bell peppers in the refrigerator until required.

When juicing a variety of vegetables, be sure to check the percent of ingredients on how they will change to high speed or harder for larger or harder vegetables. The most common vegetables are green vegetables such as broccoli, kale, and spinach, followed by bell peppers, zucchini, and carrots.

NOTE

- Always wash fruit and vegetables before juicing. This will help to reduce the risk of contamination and ensure that your juice is safe to drink.
- To save money and obtain fresh produce, purchase fruits and vegetables a day or two before juicing.
- If you are juicing both apples and grapes, we recommend juicing them separately to avoid a combination of ingredients on low-speed to obtain the best extraction.

A small amount of lemon juice can be added to apple juice to prohibit browning of the juice.
TIPS ON JUICING

NOTE
If juicing herbs or leafy green vegetables on their own, the juice yield will be low due to the nature of centrifugal juicing, it is advised to juice them as with a combination of other fruit and vegetables.

All fruit and vegetables produce different amounts of liquids. This varies within the same group i.e. one batch of tomatoes can produce more juice than another batch. Since juice recipes are not exact, the precise quantities of any juice are not crucial to the success of a particular mixture.

NOTE
To extract the maximum amount of juice always push the Food Pusher down slowly.

GETTING THE RIGHT BLEND
It is easy to create great tasting juice. If you have been making your own vegetable and fruit juices, then you know how simple it is to invent new combinations. Taste, color, texture and ingredient preferences are a personal thing. Just think of some of your favorite flavors and foods – would they work well together or would they clash. Some bold flavors could overpower the more subtle flavors of others. It is however, a good rule of thumb to combine starchy, pulpy ingredients with those high in moisture.

USING THE PULP
The remaining pulp left after juicing fruit or vegetables is mostly fiber and cellulose which, like the juice, contains vital nutrients necessary for the daily diet and can be used in many ways. However, like the juice, pulp should be used that day to avoid loss of vitamins. Some of the uses of pulp are to bulk out rissoles, thicken casserole or soups or in the case of fruit, simply placed in a bowl topped with meringue and bake for a simple dessert. Apart from the consumption use, pulp is great used in the garden for compost.

NOTE
When using the pulp, there may be some pieces of fruit or vegetables remaining. These should be removed before using the pulp in any recipes.
## FRUIT & VEGETABLE FACTS

<table>
<thead>
<tr>
<th>FRUIT AND VEGETABLES</th>
<th>BEST SEASON TO BUY</th>
<th>STORAGE</th>
<th>NUTRITIONAL VALUE</th>
<th>CALORIE COUNT</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Apples</td>
<td>Autumn/Winter</td>
<td>Ventilated produce bags in refrigerator</td>
<td>High in Dietary Fiber and Vitamin C</td>
<td>166g Apple = 80 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Apricots</td>
<td>Summer</td>
<td>Unwrapped in crisper of refrigerator</td>
<td>High in Dietary Fiber Contains Potassium</td>
<td>55g Apricot = 19 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Bananas</td>
<td>Autumn/Spring</td>
<td>Room temperature</td>
<td>Vitamins B6 &amp; C, Potassium, Dietary Fiber</td>
<td>100g Banana = 90 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Beets</td>
<td>Winter</td>
<td>Cut off tops, then refrigerate unwrapped</td>
<td>Good source Folate and Dietary Fiber Vitamin C and Potassium</td>
<td>160g Beets = 76 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Blueberries</td>
<td>Summer</td>
<td>Cover in the refrigerator</td>
<td>Vitamin C</td>
<td>100g Blueberries = 56 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Broccoli</td>
<td>Autumn/Winter</td>
<td>Produce bag in refrigerator</td>
<td>Vitamin C, Folate, B6, B5, E, B6 and Dietary Fiber</td>
<td>100g Broccoli = 31 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Brussel Sprouts</td>
<td>Autumn/Winter</td>
<td>Unwrapped in crisper of refrigerator</td>
<td>Vitamin C, B2, B6, E, Folate and Dietary Fiber</td>
<td>100g Brussel Sprouts = 37 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Cabbage</td>
<td>Winter</td>
<td>Wrapped, trimmed in the refrigerator</td>
<td>Vitamin C, Folate, Potassium B6 and Dietary Fiber</td>
<td>100g Cabbage = 22 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Carrots</td>
<td>Winter</td>
<td>Uncovered in refrigerator</td>
<td>Vitamin A, C, B6 and Dietary Fiber</td>
<td>100g Carrots = 38 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Cauliflower</td>
<td>Autumn/Winter</td>
<td>Remove outer leaves, store in produce bag</td>
<td>Vitamin C, B5, B6 Folate Vitamin S and Potassium</td>
<td>100g Cauliflower = 24.5 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Celery</td>
<td>Autumn/Winter</td>
<td>Refrigerate in produce bag</td>
<td>Vitamin C and Potassium</td>
<td>100g stick = 15 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Cucumber</td>
<td>Summer</td>
<td>Crisper in refrigerator</td>
<td>Vitamin C</td>
<td>100g Cucumber = 12 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Fennel</td>
<td>Autumn to Spring</td>
<td>Refrigerate</td>
<td>Vitamin C, Dietary Fiber, Folate</td>
<td>100g Fennel = 19 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Grapefruit</td>
<td>All year round</td>
<td>Room temperature</td>
<td>Vitamin C, Bioflavonoids, Lycopene, Dietary Fiber</td>
<td>100g Grapefruit = 55 cal</td>
</tr>
</tbody>
</table>

## FRUIT & VEGETABLE FACTS

<table>
<thead>
<tr>
<th>FRUIT AND VEGETABLES</th>
<th>BEST SEASON TO BUY</th>
<th>STORAGE</th>
<th>NUTRITIONAL VALUE</th>
<th>CALORIE COUNT</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Grapes (Seedless)</td>
<td>Summer</td>
<td>Produce bag in refrigerator</td>
<td>Vitamin C, B6 and Potassium</td>
<td>100g Grapes = 60-83 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Kiwi Fruit</td>
<td>Winter/Spring</td>
<td>Crisper in refrigerator</td>
<td>Vitamin C and Potassium</td>
<td>100g Kiwi Fruit = 52 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Mangoes</td>
<td>Summer</td>
<td>Covered in refrigerator</td>
<td>Vitamin A, C, B1, B6 and Potassium</td>
<td>207g Mango = 113 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Melons including Watermelon</td>
<td>Summer/Autumn</td>
<td>Crisper in refrigerator</td>
<td>Vitamin C, Folate, Dietary Fiber and Vitamin A</td>
<td>200g Melon = 50 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Nectarines</td>
<td>Summer</td>
<td>Crisper in refrigerator</td>
<td>Vitamin C, B6, Potassium and Dietary Fiber</td>
<td>15g Nectarines = 36 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Oranges</td>
<td>Winter/Autumn/Spring</td>
<td>Cool dry place for 1 week, transfer to refrigerator to keep longer</td>
<td>Vitamin C</td>
<td>131g Orange = 54 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Peaches</td>
<td>Summer</td>
<td>Ripen at room temperature then refrigerate</td>
<td>Vitamin C, Potassium, Dietary Fiber, Beta Carotene</td>
<td>100g Peaches = 42 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Pears</td>
<td>Autumn/Winter</td>
<td>Ripen at room temperature then refrigerate</td>
<td>Vitamin C &amp; E Dietary Fiber</td>
<td>161g Pear = 90 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Pineapple</td>
<td>Spring/Summer</td>
<td>Store in a cool place</td>
<td>Vitamin C &amp; E Dietary Fiber</td>
<td>100g Pineapple = 48 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Spinach</td>
<td>All year round</td>
<td>Refrigerate</td>
<td>Vitamin B6, C, E, Beta carotene, Folate, Magnesium, Potassium, Dietary Fiber</td>
<td>100g Spinach = 15 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Sweet Potato</td>
<td>All year round</td>
<td>Store in cool place</td>
<td>Vitamins C, E, Beta Carotene, Dietary Fiber</td>
<td>100g Sweet Potato = 65 cal</td>
</tr>
<tr>
<td>Tomatoes</td>
<td>Late Winter to early Summer</td>
<td>Ripen at room temperature</td>
<td>Lycopene, Vitamin C, E, Folate, Dietary Fiber</td>
<td>100g Tomatoes = 15-17 cal</td>
</tr>
</tbody>
</table>
APPLE, CARROT AND CELERY JUICE  
sears 2  
You may alter the amounts of either the carrots or apple to make the juice sweeter or savory to suit your taste buds:  
INGREDIENTS  
4 small Granny Smith apples  
3 medium sized carrots, trimmed  
4 stalks celery  
METHOD  
1. Process apples, carrots and celery through the Juicer.  
Mix well and serve immediately.

TOMATO, CARROT, CELERY AND LIME JUICE  
sears 2  
INGREDIENTS  
2 medium tomatoes  
1 large carrot, trimmed  
2 celery stalks, trimmed  
1 lime, peeled  
METHOD  
1. Process tomatoes, carrot, celery and lime through the Juicer.  
Serve immediately.

CARROT, BEETROOT AND ORANGE JUICE  
sears 2  
INGREDIENTS  
2 medium carrots, trimmed  
3 medium beets, trimmed  
4 oranges, peeled  
METHOD  
1. Process carrots, beetroot and oranges through the Juicer.  
Serve immediately.

APPLE, PEACH AND GRAPEFRUIT JUICE  
sears 2  
INGREDIENTS  
1 small Delicious apple  
2 large peaches, halved and seeds removed  
2 grapefruits, peeled  
METHOD  
1. Process apple, peaches and grapefruit through the Juicer.  
Serve immediately.

PINEAPPLE PEACH AND PEAR JUICE  
sears 2  
INGREDIENTS  
½ small pineapple, peeled and halved  
2 peaches, halved and seeds removed  
2 small ripe pears  
METHOD  
1. Process pineapple, peaches and pears through the Juicer.  
Serve immediately.
APPLE, PEAR, AND STRAWBERRY JUICE
serves 2

INGREDIENTS
1 small Granny Smith apple
3 small ripe pears
1 cup strawberries, trimmed

METHOD
1. Process apple, peaches and grapefruit through the Juicer. *Serve immediately.*

CANTALOupe, MINT AND MANGO JUICE
serves 2

INGREDIENTS
½ small cantaloupe, peeled, seeded and halved
3 sprigs fresh mint leaves
1 mango, halved, seeded and peeled

METHOD

TOMATO, CUCUMBER, PARSLEY AND CARROT JUICE
serves 2

INGREDIENTS
3 medium tomatoes
1 large cucumber
1 large bunch fresh parsley
3 medium carrots, trimmed

METHOD

SWEET POTATO, CELERY, GINGER AND ORANGE JUICE
serves 2

INGREDIENTS
4 sticks celery, trimmed
1 small sweet potato, peeled and halved
1” (2.5cm) piece fresh ginger
4 oranges, peeled

METHOD
1. Process celery, sweet potato, ginger and oranges through the Juicer. *Serve immediately.*

PARSNIP, CELERY AND PEAR JUICE
serves 2

INGREDIENTS
2 parsnips, trimmed
4 sticks celery, trimmed
4 medium pears, stalks removed

METHOD
1. Process parsnips, celery and pears through the Juicer. *Serve immediately.*

APRICOT, APPLE AND PEAR SPARKLE
serves 2

INGREDIENTS
4 large apricots, halved and pitted
4 small red apples
3 medium pears
8 fl oz (250ml) sparkling mineral water
½ cup crushed ice

METHOD
1. Process apricots, apples and pears

BEET, CARROT AND ORANGE QUENCHeR
Serves 4

INGREDIENTS
8 carrots
2 small beets, trimmed
½ cup fresh mint leaves
4 oranges, peeled

METHOD
1. Process carrots, beets, mint leaves and oranges through the Juicer. *Serve immediately.*
VITAMIN REPLACERS

TOMATO, CARROT AND RED PEPPER JUICE
serves 2

INGREDIENTS
2 small red peppers
3 medium tomatoes
3 carrots, trimmed
4 sprigs parsley

METHOD
1. Trim base of red peppers and remove seeds.
2. Process tomatoes, carrots, parsley and red peppers through the Juicer.
Serve immediately.

BLACKBERRY, PEAR AND GRAPEFRUIT JUICE
Makes approximately 3 cups

INGREDIENTS
8oz (280g) blackberries
3 ripe pears
2 grapefruits, peeled

METHOD
1. Process blackberries, pears and grapefruits through the Juicer.
Serve immediately.

VITAMIN REPLACERS

BEET, APPLE AND CELERY JUICE
serves 2

INGREDIENTS
4 medium sized beets, trimmed
2 medium Granny Smith apples
4 stalks celery

METHOD
1. Process beet, apples and celery through the Juicer.
Serve immediately.

FROTHY ORANGE JUICE
serves 4

INGREDIENTS
2lbs (1kg) oranges, peeled

METHOD
1. Process oranges through the Juicer.
(Best to refrigerate oranges before juicing)
Serve immediately.

LIQUID LUNCHES

FRESH VEGETABLE SOUP WITH NOODLES
Serves 4

INGREDIENTS
1 small tomato
1 small onion, peeled and trimmed
2 carrots
1 green pepper, stem and seeds removed
1 tablespoon butter
1 tablespoon all-purpose flour
15fl oz (475ml) vegetable stock
15oz (425g) canned beans
1 packet instant noodles
Freshly ground pepper

METHOD
1. Process tomato, onion, carrots and green pepper through the Juicer.
2. Melt butter in saucepan over a medium heat.
3. Stir in flour, cook for one minute, stirring constantly.
4. Stir in the extracted juice, vegetable stock and beans.
5. Bring to the boil, then reduce heat and allow to simmer for 10 minutes.
6. Add noodles, cook for 2 minutes or until noodles are tender.
Pour into 4 soup bowls, sprinkle with black pepper to taste and serve immediately.

GAZPACHO
Serves 4

INGREDIENTS
4 medium tomatoes
4 sprigs fresh parsley
1 large clove garlic, peeled
1 small onion, peeled and trimmed
2 carrots
2 stalks celery
1 red pepper, stem and seeds removed
1 Lebanese cucumber
2 tablespoons red wine vinegar
Freshly ground black pepper
1 cup crushed ice
3 tablespoons chopped fresh basil

METHOD
1. Process tomatoes, parsley, garlic, onion, carrots, celery, red pepper and cucumber through the Juicer.
2. Stir in vinegar and black pepper.
3. Arrange ice in four soup bowls. Pour in extracted juice and sprinkle with basil.
Serve immediately.
LIQUID LUNCHES

PASTA WITH PROVENCALE STYLE SAUCE
Serves 4

INGREDIENTS
4 tomatoes
2 sprigs fresh parsley
1 stalk celery
2 large cloves garlic
1 small onion, peeled and trimmed
1 red pepper, stem and seeds removed
1 tablespoon tomato paste
¾ cup red wine
2 teaspoons dried oregano
1 lb (500g) cooked pasta
3 tablespoons grated Parmesan cheese

METHOD
1. Process tomatoes, parsley, celery, garlic, onion and red pepper through the Juicer.
2. Blend tomato paste with red wine, stir in extracted juice.
3. Pour into a saucepan and cook over medium heat for 3-4 minutes
4. Add pasta and toss to coat pasta well. Divide mixture between 4 serving bowls.
5. Sprinkle with oregano and Parmesan cheese.

Serve immediately.

MANGO, CANTALOupe AND ORANGE YOGURT DRINK
Serves 4

INGREDIENTS
1 mango, halved, peeled and seeded
¼ small cantaloupe, peeled, seeded and cut into two equal portions
5 oranges, peeled
3 tablespoons natural yogurt

METHOD
1. Process mango, cantaloupe and oranges through the Juicer.
2. Pour into a large bowl and whisk in yogurt.

Serve immediately.

ICY COOLERS

SPARKLING PEAR AND APRICOT COOLER
Serves 4

INGREDIENTS
4 large apricots, halved and pitted
3 large pears
8 fl oz (250ml) mineral water
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process apricots and pears through the Juicer.
2. Scoop ice into tall glasses.
3. Divide extracted juice between the glasses.
4. Top with mineral water, stir well to blend.

Serve immediately.

TROPICAL BLEND
Serves 4

INGREDIENTS
2 mangoes, halved, seeded and peeled
3 kiwi fruit, peeled
¼ small pineapple, peeled and halved
¾ cup fresh mint leaves
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process mangoes, kiwi fruit, pineapple and mint through the Juicer.
2. Scoop ice into 4 glasses, pour over juice, mix well to combine.

Serve immediately.

CANTALOupe, STRAWBERRY AND PASSION CRUSH
Serves 4

INGREDIENTS
¾ cantaloupe, peeled, seeded and divided into 2 equal portions.
8 oz (250g) strawberries, hulled
Pulp of 2 passion fruit
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process cantaloupe and strawberries through the Juicer.
2. Stir in passion fruit pulp.
3. Scoop into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.

TOMATO, NECTARINE, PASSIONFRUIT AND MINT ICER
Serves 4

INGREDIENTS
6 tomatoes
2 nectarines, pitted
¼ cup fresh mint leaves
Pulp of 2 passion fruit
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process tomatoes, nectarines and mint leaves through the Juicer.
2. Stir in passionfruit pulp.
3. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.

Serve immediately.
ICY COOLERS

CUCUMBER, PINEAPPLE AND CILANTRO ICE
Serves 4

INGREDIENTS
¼ small pineapple, peeled and halved
2 cucumbers
¼ cup cilantro
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process pineapple, cucumbers and cilantro through the Juicer.
2. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.
Serve immediately.

PEAR, RADISH AND CELERY CRUSH
Serves 4

INGREDIENTS
3 medium pears
4 radishes, trimmed
3 stalks celery
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process pears, radishes and celery through the Juicer.
2. Scoop ice into 4 glasses, pour juice, mix well to combine.
Serve immediately.

SPIRITED JUICES

COCONUT PINEAPPLE COLADA
Serves 4

INGREDIENTS
¼ large pineapple, peeled and quartered
2 fl oz (60ml) Malibu Rum
16 fl oz (500ml) soda water
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process pineapple through the juicer.
2. Stir in liqueur and soda water.
3. Scoop ice into 4 tall glasses, pour over juice mixture, mix well to combine.
Serve immediately.

HONEYDEW DREAM
Serves 4

INGREDIENTS
1 honeydew melon, peeled, seeded and quartered
2 fl oz (60ml) Midori liqueur
16 fl oz (500ml) soda water
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process honeydew melon through the juicer.
2. Stir in liqueur and soda water.
3. Scoop ice into 4 tall glasses, pour over melon mixture, mix well to combine.
Serve immediately.

BLOODY MARY
Serves 4

INGREDIENTS
4 medium tomatoes
2 sticks celery
1 large red pepper, stem and seeds removed
2 fl oz (60ml) Vodka
1 cup crushed ice

METHOD
1. Process tomatoes, celery and red pepper through the juicer.
2. Stir in Vodka. Scoop ice into 4 glasses, pour over tomato mixture, mix well to combine.
Serve immediately.

PEACH AND MINT JULEP
Serves 4

INGREDIENTS
6 peaches, halved and pitted
½ cup fresh mint leaves
2 fl oz (60ml) Crème de Menthe
2 teaspoons sugar
½ cup crushed ice
16 fl oz (500ml) mineral water

METHOD
1. Process peaches and mint leaves through the juicer.
2. Stir in Crème de Menthe and sugar.
3. Scoop ice into 4 glasses, pour over peach mixture, mix well to combine.
Serve immediately.
Rather than waste the fiber from the fruit and vegetables that have been juiced, the following recipes have been developed using the leftover pulp.

VEGETABLE AND BACON SOUP
Serves 4

INGREDIENTS
1 tablespoon (15g) butter  
1 onion, finely chopped  
1 ham bone  
12oz (350g) beet pulp, strained and juice reserved  
20z (60g) potato pulp, strained and juice reserved  
20z (60g) carrot pulp, strained and juice reserved  
4 oz (120g) tomato pulp, strained and juice reserved  
20z (60g) cabbage pulp, strained and juice reserved  
Reserved juices and enough water to make up 2.1 quart (2 liters)  
4 bacon lardon, chopped  
1 tablespoon lemon juice  
1/2 cup (250ml) sour cream

METHOD
1. Melt butter in a saucepan, add onion, cook for 2-3 minutes or until soft, season to taste. Combine onion, carrot, apple and celery pulp, cottage cheese, mint and egg in a bowl. Mix well.
2. Cut filo sheets in half, place 3 sheets on counter, cover remaining pastry with greaseproof paper, then a damp cloth to prevent drying. Brush 1 sheet of pastry with extra butter, sprinkle with Parmesan cheese, top with another sheet of pastry, brush with butter, sprinkle with more cheese. Repeat with last sheet of pastry.
3. Place tablespoons of carrot mixture on one end of pastry, fold in sides and roll up like a Swiss roll. Repeat with remaining pastry and pulp mixture. Place on a greased cookie sheet and bake at 400°F (200°C) for 20-25 minutes or until golden.

PARSNIP, HERB AND POLENTA HOT CAKES
Serves 6

INGREDIENTS
2 cups parsnip, strained  
1/4 cup (60ml) milk  
2 eggs, separated  
1/4 cup (50g) polenta (corn meal)  
1/4 cup (50g) self-rising flour  
1 teaspoon chopped fresh thyme  
1 teaspoon chopped fresh rosemary  
1 teaspoon Cajun seasoning  
1 small red pepper, finely chopped  
1 tablespoon oil

METHOD
1. Combine parsnip pulp, milk, egg yolks, self-rising flour, polenta, thyme, rosemary, Cajun seasoning and red pepper in a large mixing bowl. Beat egg whites until soft peaks form, fold into parsnip mixture.
2. Heat oil in a large frying pan, drop spoonfuls of mixture into pan. Cook for about 1 minute on each side or until golden.

Serve immediately

CARROT CAKE

INGREDIENTS
1 1/4 cups (228g) all purpose flour  
1/2 teaspoon baking powder  
1/2 teaspoon nutmeg  
1/2 teaspoon cinnamon  
1/2 teaspoon cardamom  
1/2 cup (61g) walnuts, chopped  
1/2 cup (52g) raisins  
1/2 cup (110g) brown sugar, firmly packed  
1/2 cups carrot pulp  
2 eggs, lightly beaten  
1/2 (125ml) cup oil  
1/4 (60ml) cup sour cream

METHOD
1. Grease and line a 10” x 6” (25cm x 15cm) loaf pan. Sift flour and baking powder into a large mixing bowl, add nutmeg, cinnamon, cardamom, peanuts, raisins, brown sugar and carrot pulp, stir to combine. Add eggs, oil and sour cream. Beat with electric mixer using medium speed until all ingredients are well blended. Pour into loaf pan.
2. Bake at 350°F (180°C) for 1 hour or until cake is cooked when tested with a skewer. Remove from oven, stand in cake pan for 5 minutes before inverting out onto a wire rack.

Serve topped with sour cream.
FÉLICITATIONS
pour l’achat de votre nouveau produit de Breville

Inscrivez-vous en ligne pour le soutien technique et les offres exclusives.*

Consommateurs américains: www.brevilleusa.com
Consommateurs canadiens: www.breville.ca

*L’enregistrement n’est pas un substitut à la preuve d’achat lorsque vous soumettez une réclamation de garantie.
Chez Breville, la sécurité occupe une place de choix. Nous concevons et fabriquons des produits de consommation sans jamais perdre de vue la sécurité de notre précieuse clientèle. De plus, nous vous demandons d'être très vigilant lorsque vous utilisez un appareil électrique et de respecter les mesures de sécurité suivantes:

**IMPORTANTES MESURES DE SÉCURITÉ**

**LISEZ ATTENTIVEMENT ET EN DÉTAIL TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT L'USAGE.**

Lorsque vous utilisez un appareil électrique, des mesures de sécurité élémentaires doivent toujours être respectées, incluant:

- **Pour vous protéger contre le feu, les décharges électriques ou les blessures, n'immergez pas l'appareil, le socle motorisé, le cordon ou la fiche dans l'eau ou tout autre liquide.**
- **Une étoile de surveillance est nécessaire lorsque l'appareil est utilisé par un ou à proximité des enfants.**
- **Débracez l'appareil lorsqu'il n'est pas en usage, avant d'assembler ou de retirer les pièces, et avant de le nettoyer ou de tenir de le déplacer.**
- **Évitez tout contact avec les pièces mobiles.**
- **Vérifiez régulièrement si le cordon d'alimentation, la fiche ou l'appareil lui-même sont endommagés. Ne faites pas fonctionner un appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés ou si l'appareil est défectueux, a subi une chute ou est endommagé de quelque façon. Contactez le service après-vente.**
- **L'utilisation d'accessoires non recommandés ou vendus par Breville peut causer un feu, des chocs électriques ou des blessures.**

**MESURES DE SÉCURITÉ ADDITIONNELLES**

- **N'utilisez pas l'appareil sans le contenant à pulpe assemblé à l'extraiteur et à son couvercle. Voir les instructions d'assemblage pour une installation adéquate.**
- **Ne modifiez d'aucune façon la fiche. Si l'appareil est muni d'une fiche à 2 branches, il s'agit d'une fiche polarisée. Pour réduire les risques de choc électrique, cette fiche ne s'insère que d'une seule façon dans la prise polarisée. Si elle ne s'insère pas complètement, renversez-la. Si cela ne fonctionne pas, contactez un électricien qualifié.**
- **N'utilisez pas l'extracteur plus d'une minute à la fois lors d'une extraction rapide ou avec une pression ferme. Laissez reposer le moteur une (1) minute entre chaque usages.**
- **L'appareil est conçu pour extraire le jus de fruits et de légumes. Consultez le guide d'extraction afin de déterminer la vitesse idéale correspondant aux fruits et légumes sélectionnés. N'extrayez pas de jus de fruits ou de légumes congelés.**
- **Les fruits et les légumes plus courables peuvent maintenir le moteur à une basse vitesse est sélectionnée.**
- **Retirez l'écorce des agrumes avant l'extraction.**
- **N'extrayez pas de jus de fruits à noyau ou à pépins avant de les avoir dénoyautés ou dépépinés.**
- **Cet appareil ne doit pas être utilisé par des personnes handicapées ou à l'enfant de moins de 8 ans sans une supervision ou en charge de personnes à l'intérieur.**
- **Ne laissez pas l'appareil sans surveillance en cours d'utilisation.**
- **Gardez les mains, les doigts, le cheveu, les vêtements et autres ustensiles loin de l'appareil en cours d'utilisation.**
- **Gardez l'appareil propre. Consultez la section de nettoyage.**
- **Tout entretien autre que le nettoyage doit être fait dans un Centre de service autorisé de Breville. Ne tentez pas de réparer vous-même l'extracteur. Pour toute assistance, contactez le service après-vente.**
- **Si vous ne comprenez pas suffisamment les instructions ou consignes contenues dans ce livret, veuillez contacter le service après-vente de Breville pour obtenir de l'aide.**
ATTENTION
Très large tube d’alimentation. Ne mettez pas les mains ou tout autre objet dans le tube d’alimentation. Utilisez toujours le poussoir fourni.

COURT CORDON D’ALIMENTATION
Votre appareil Breville est muni d’un court cordon d’alimentation très sécuritaire qui réduit les risques de blessures ou de dommages pouvant être causés par le fait de tirer, trébucher ou s’enchevêtre dans un cordon plus long. Si vous utilisez une corde de rallonge (1) la capacité électrique inscrite sur la corde doit être au moins équivalente à la capacité électrique de l’appareil, (2) la corde ne doit pas pendre d’un comptoir ou d’une table où de jeunes enfants pourraient involontairement s’y suspendre ou trébucher et (3) la corde de rallonge doit être munie d’une fiche à trois broches reliée à la terre.

FICHE ASSIST™ DE BREVILLE
Votre appareil Breville est muni d’une fiche exclusive Assist MC conçue spécialement avec un anneau pour laisser passer un doigt et faciliter le retrait sécuritaire de la fiche. Par mesure de sécurité, il est recommandé de brancher votre appareil Breville directement dans une prise individuelle sur un circuit électrique séparé des autres appareils. Une surcharge électrique causée par d’autres appareils peut altérer le bon fonctionnement de l’appareil. Il n’est pas recommandé d’utiliser une barre d’alimentation.

CONSERVEZ TOUTES CES INSTRUCTIONS
FAÎTES LA CONNAISSANCE DE VOTRE PRODUIT BREVILLE

A. Poussoir
   Pour pousser les fruits et légumes entiers dans le tube d'alimentation.
   (ne va PAS au lave-vaisselle)
B. Large tube d'alimentation breveté
   Convient aux pommes entières, carottes, tomates et oranges pelées. Facilite l'extraction de jus des fruits et légumes.
C. Bras de verrouillage de sécurité
   L'extracteur ne fonctionnera pas sans le couvercle en place et le bras de verrouillage en position verticale.
D. Large contenant à pulpe avec poignée intégrée
   (va au lave-vaisselle - plateau supérieur).
E. Bouton d'arrêt OFF
F. Couvercle de l'extracteur
   (va au lave-vaisselle - plateau supérieur)
G. Nutri Disc de acier inoxydable
   (va au lave-vaisselle - plateau supérieur)
H. Socle motorisé très performant
   Moteur de 1000 watts
I. Contrôle électronique à deux vitesses
   Basse vitesse pour fruits et légumes tendres et vitesse élevée pour fruits et légumes plus durs
J. Pichet à jus de 1 litre (34 oz)
   (va au lave-vaisselle - plateau supérieur)

Non illustrés
Bouton de protection contre la surcharge
Protège contre la surchauffe du moteur
Cordon d'alimentation
S'entasse autour des pieds et se fixe sous la base.

NOTE
Toutes les pièces allant au lave-vaisselle vont sur le PLATEAU SUPÉRIEUR SEULEMENT.
ASSEMBLAGE DE VOTRE PRODUIT BREVILLE

1. Placez le bol du panier-filtre sur le socle motorisé.

2. Alignez les flèches du Nutri Disc™ avec les flèches du couplage d’entraînement du moteur et poussez vers le bas pour que le tout s’enclenche. Assurez-vous que le Nutri Disc™ est bien fixé à l’intérieur du bol du panier-filtre et sur le socle motorisé.

3. Placez le couvercle de l’extracteur sur le bol du panier-filtre, en positionnant le tube d’alimentation sur le Nutri Disc™ et abaissez-le tout en place.


5. Faites glisser le poussoir dans le tube d’alimentation en alignant la rainure du poussoir avec la petite saillie à l’intérieur du tube d’alimentation.

6. Continuez à glisser le poussoir dans le tube d’alimentation.

7. Installez le contenant à pulpe en place en l’inclinant légèrement.

TRUC

Pour minimiser le nettoyage, nous vous suggérons de placer un sac alimentaire à l’intérieur du contenant pour récolter la pulpe.

8. Placez le pichet à jus fourni sous le bec verseur, à la droite du Juice Fountain™ Plus. Le couvercle du pichet peut être mis en place pour éviter les éclaboussures.
FONCTIONNEMENT

de votre produit de Breville

1. Lavez les fruits et légumes que vous voulez traiter.

**NOTE**
La plupart des fruits et légumes comme les pommes, les carottes et les concombres n’ont pas à être taillés au préalable, car ils s’insèrent tout entiers dans le tube d’alimentation. Lorsque vous traitez les carottes, placez la queue vers le haut dans le tube d’alimentation.

2. Assurez-vous que le Juice Fountain™ Elite est correctement assemblé et que le filtre en acierinoxidable est bien nettoyé avant chaque usage (voir la section Nettoyage en pages 57). Veillez à ce que le pichet à jus (ou le verre) soit sous le béc verseur avant de commencer l’extraction.

3. Branchez le cordon d’alimentation dans une prise murale de 110 ou 120V. Faites basculer l’interrupteur à deux vitesses vers le haut pour la basse vitesse ou vers le bas pour la vitesse élevée, selon le type de fruits ou de légumes à traiter. Utilisez le tableau sélecteur de vitesse comme guide pour traiter différents fruits et légumes.

4. Pendant que le moteur tourne, déposez les aliments dans le tube d’alimentation. À l’aide du poussoir, faites glisser délicatement les aliments dans le tube d’alimentation. Pour extraire le maximum de jus, poussez toujours lentement sur le poussoir.

5. Le jus s’écoulera dans le pichet et la pulpe s’accumulera dans le contenant à pulpe.

**ATTENTION**
N’utilisez jamais vos doigts pour pousser les aliments dans le tube d’alimentation. Servez-vous toujours du poussoir fourni.

**NOTE**
Vous pouvez vider le contenant à pulpe durant l’extraction. Éteignez d’abord l’appareil en pressant le bouton OFF, puis retirez délicatement le contenant à pulpe. (Replacez le contenant vide avant de poursuivre l’extraction). Ne laissez pas le contenant à pulpe déborder, car cela pourrait perturber le fonctionnement de l’appareil ou l’endommager.

**TRUC**
Pour minimiser le nettoyage, places un sac alimentaire dans le contenant pour collecter la pulpe.

**BOUTON DE PROTECTION CONTRE LA SURCHARGE**
Le Juice Fountain™ Elite de Breville est muni d’un dispositif de sûreté qui le protège contre la surchauffe en cas de charge excessive. Si cela se produit, le Juice Fountain™ Elite activera automatiquement le bouton de protection contre la surcharge et l’appareil s’éteindra. Débranchez alors l’appareil et laissez-le refroidir, puis pressez le bouton de protection contre la surcharge situé sous le socle motorisé. Le dispositif de sûreté sera alors réinitialisé et le Juice Fountain™ Elite sera à nouveau prêt à fonctionner.
<table>
<thead>
<tr>
<th>fruits</th>
<th>réglage</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Abricots</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Ananas</td>
<td>Élevée (dur)</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Basse (mou)</td>
</tr>
<tr>
<td>Betteraves</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Bleuets</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Brocoli</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Carottes</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Céleri</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Chou</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Choux de Bruxelles</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Chou-fleur</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Concombre</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Fenouil</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Framboises</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Kiwi</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Mangue</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Melon d’eau</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Nectarines</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Oranges</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Pêches</td>
<td>Élevée ou basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Poires</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Plums</td>
<td>High</td>
</tr>
<tr>
<td>Pommes</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Prunes</td>
<td>Élevée</td>
</tr>
<tr>
<td>Raisins</td>
<td>Basse</td>
</tr>
<tr>
<td>Tomates</td>
<td>Basse</td>
</tr>
</tbody>
</table>
1. Éteignez le Juice Fountain NC Elite (en pressant le bouton OFF) et débranchez-le.

2. Retirez le contenant à pulpe en tenant la poignée et faisant pivoter le bas du contenant loin de l'extracteur.

3. Placez les mains de chaque côté du bras de verrouillage et tirez en le soulevant hors des rainures latérales du couvercle de l'extracteur.

4. Abaissez le bras de verrouillage.

5. Soulevez et retirez le couvercle de l'extracteur.

6. Pour retirer le Nutri Disc NC, maintenez la base de l'extracteur et tournez le bol du panier-filtre à l'aide du bec verseur.

7. Soulevez le bol du panier-filtre contenant le Nutri Disc NC.

8. Pour retirer le Nutri Disc NC, tournez le bol du panier-filtre à l'envers et retirez délicatement le Nutri Disc NC. (Il est recommandé de retirer le Nutri Disc NC au dessus du lavabo).

⚠️ ATTENTION
Le Nutri Disc NC est muni de petites lames très coupantes et d'une lame acérée qui coupent et traitent les fruits et légumes. N'y touchez pas lorsque vous manipulez le panier-filtre.
ENTRETIEN & NETTOYAGE

de votre produit de Breville

ENTRETIEN & NETTOYAGE

- Assurez-vous que le Juice Fountain® Elite de Breville est éteint. Elite de Breville. Débranchez-le avant de le nettoyer, le démonter, l’assembler ou le ranger.
- Suivez les consignes de nettoyage pour nettoyer toutes les surfaces des pièces qui entrent en contact avec les aliments durant une utilisation normale.
- Pour faciliter le nettoyage, rincez les pièces amovibles sous l’eau courante immédiatement après chaque usage (pour dégager la pulpe humide). Laissez les pièces sécher à l’air.
- Après avoir démonté l’appareil, lavez toutes les pièces amovibles à l’eau chaude savonneuse.
- Le couvercle, le bol du panier-filtre, le contenant à pulpe, le Nutri Disc® et le pichet à jus du Juice Fountain® Elite vont au lave-vaisselle (plateau supérieur seulement).
- Essayez le socle motorisé à l’aide d’un chiffon humide.
- Pour de bons résultats, assurez-vous toujours que le Nutri Disc® est soigneusement nettoyé en utilisant la brosse de nylon fournie. À l’aide de la brosse de nylon, maintenez le Nutri Disc® sous l’eau courante et brosser l’intérieur du panier, puis tenez-le vers la lumière vous vérifier que les pores ne sont pas bloqués. S’ils le sont, faites tremper le Nutri Disc® dans l’eau très chaude avec 10% de jus de citron pour dégager les pores. Sinon, lavez le Nutri Disc® dans le lave-vaisselle.
- Ne faites pas tremper le Nutri Disc® dans l’eau de javel.
- Manipulez soigneusement le Nutri Disc®, car il peut facilement s’endommager.

ELIMINER LES TACHES D’ALIMENTS TENACES ET LES ODEURS

Les fruits et légumes très colorés peuvent décolorer la matière plastique. Pour éviter une telle situation, lavez les pièces immédiatement après usage. S’il y a décoloration, faites tremper les pièces en plastique dans l’eau avec 10% de jus de citron. Vous pouvez également utiliser un produit nettoyant non abrasif.

NOTE

Pour faciliter le nettoyage, faites trempen le Nutri Disc® dans l’eau chaude savonneuse environ 10 minutes, immédiatement après avoir complété l’extraction. La pulpe séchée laissée sur le filtre peut obstruer les minuscules pores de la micro-maille et ainsi réduire l’efficacité de l’extraiter. Pour votre commodité, une brosse de nylon est fournie avec votre Juice Fountain® Elite.

TRUC

Pour minimiser le nettoyage, placez un sac alimentaire dans le contenant à pulpe pour la collecter. La pulpe peut être récupérée pour préparer d’autres plats ou comme compost pour le jardin, où être jetée.
### GUIDE DE DÉPANNAGE

<table>
<thead>
<tr>
<th>PROBLÈME POSSIBLE</th>
<th>SOLUTION FACILE</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>L’appareil ne fonctionne pas lorsqu’il est mis en marche</td>
<td>Le bras de verrouillage de sécurité peut ne pas être bien enclenché en position verticale de fonctionnement dans les rainures latérales du couvercle de l’extracteur.</td>
</tr>
<tr>
<td>Le moteur semble cale durant l’extraction</td>
<td>La pulpe humide peut s’accumuler sous le couvercle de l’extracteur, si l’extraction est trop vigoureuse. Essayez de ralentir l’extraction en poussant légèrement les aliments avec le poussoir. Suivez les consignes de Démontage et de Nettoyage et nettoyez le bol du filtre, le panier-filtre en acier inoxydable et le couvercle de l’extracteur. Les fruits et légumes durs peuvent surcharger le moteur, si la basse vitesse est sélectionnée. Consultez le tableau sélecteur de vitesse pour déterminer la vitesse adéquate d’extraction pour les fruits et légumes sélectionnés.</td>
</tr>
<tr>
<td>Un excès de pulpe s’accumule dans le panier-filtre en acier inoxydable</td>
<td>Cessez l’extraction et suivez les directives de Démontage. Retirez le couvercle de l’extracteur, raclez l’excès de pulpe, réassemblez et reprennez l’extraction. Alternez entre les différentes variétés de fruits et légumes (mous ou durs).</td>
</tr>
<tr>
<td>La pulpe est trop humide et la quantité de jus est réduite</td>
<td>Essayez de ralentir le rythme de l’extraction. Retirez le Nutri Disc® et nettoyez soigneusement la paroi en micromailles à l’aide de la brosse de nettoyage. Rincez le panier-filtre sous l’eau chaude. Si les pores du filtre en micromailles sont bloqués, faites-le tremper dans une solution d’eau chaude et de 10% de jus de citron; sinon, lavez-le dans le lave-vaisselle. Cela éliminera les fibres accumulées (des fruits et légumes) qui pourraient obstruer le débit d’extraction.</td>
</tr>
<tr>
<td>Le jus s’écoule entre le rebord de l’extracteur et le couvercle</td>
<td>Essayez une vitesse plus basse et poussez plus lentement sur le poussoir dans le tube d’alimentation.</td>
</tr>
<tr>
<td>L’appareil ne démarre pas</td>
<td>Vérifiez le bouton de protection contre la surcharge situé sous le socle motorisé pour vous assurer que le dispositif n’a pas été activé automatiquement.</td>
</tr>
</tbody>
</table>
TRUCS D’EXTRACTION

INFORMATION PERTINENTE SUR L’EXTRACTION
Bien que les boissons contenues dans ce livret aient été développées en priorisant leur saveur, leur texture et leur arôme, les avantages pour la santé sont considérables et ajoutent au plaisir de les déguster, les avantages pour la santé sont considérables et ajoutent au plaisir de les déguster. Jusqu’à 70% des nutriments contenus dans les fruits et légumes se retrouvent dans le jus. Le jus de fruits et de légumes frais est une source de vitamines et de minéraux. Il est rapidement absorbé dans le sang et le corps peut ainsi digérer très rapidement les nutriments. Lorsque vous préparez vos propres jus, vous êtes maître d’incorporer ce que vous voulez. Vous choisissez les ingrédients et décidez si vous devez ajouter du sucre, du sel ou toute autre saveur.

ACHAT ET CONSERVATION DES FRUITS ET LÉGUMES
- Lavez toujours les fruits et les légumes avant l’extraction.
- Utilisez toujours des fruits et légumes frais pour l’extraction.
- Dans un but d’économie et d’utilisation des produits frais, achetez des fruits et légumes en saison.
- Gardez vos fruits et légumes prêts pour l’extraction en les lavant et les séchant avant de les ranger.
- La plupart des fruits et légumes rustiques peuvent être gardés à la température de la pièce. Les produits plus délicats et périssables comme les tomates, les baies, les légumes à feuilles, le céleri, les concombre et les fines herbes doivent être gardés au réfrigérateur jusqu’au moment de les utiliser.

PRÉPARATION DES FRUITS ET LÉGUMES
- Si vous utilisez des fruits à paillettes et non commestibles, comme les mangues, les citrons, les melons ou les ananas, pelez-les toujours avant l’extraction.
- Les agrumes peuvent être traités dans l’extracteur, mais doivent avoir été pelés au préalable.
- Tous les fruits à gros pépins, graines dures ou noyaux comme les nectarines, pêches, abricots, prunes et cerises doivent être épépinés ou dénoyautés avant l’extraction.
- Quelques gouttes de jus de citron pourront être ajoutées au jus de pomme pour éviter qu’il ne brunisse.

NOTE
Votre extracteur prépare des jus d’orange vivifiants et mousseux. Vous n’avez qu’à peeler les oranges et les traiter. (Il est préférable de réfrigérer les oranges avant l’extraction).

LA BONNE TECHNIQUE
Lorsque vous traitez des ingrédients de différentes textures, commencez par les plus tendres, à basse vitesse, puis passez à la vitesse élevée pour les ingrédients plus coriaces.
Si vous traitez des fines herbes, des pousses ou autres légumes feuillus, enveloppez-les ensemble pour former un bouquet ou traitez-les à basse vitesse en les combinant à d’autres ingrédients pour obtenir de meilleurs résultats.
INFORMATION SUR LES FRUITS & LÉGUMES

D’EXTRACTION

NOTE
Si vous traitez des fines herbes ou légumes feuillus sans les combiner à d’autres aliments, le débit d’extraction sera faible en raison du mouvement centrifuge de l’extraction. Il est préférable de les traiter avec une combinaison d’autres fruits et légumes.

Tous les fruits et légumes produisent des quantités différentes de liquide, et ce, au sein d’un même groupe. Par exemple, un lot de tomates peut produire plus de jus qu’un autre lot. Et puisque les recettes ne sont pas exactes, la quantité precise de jus n’est pas essentielle à la réussite d’un mélange particulier.

NOTE
Pour extraire le maximum de jus, poussez toujours lentement sur le poussoir.

UTILISER LA PULPE
La pulpe extraite des fruits et légumes est faite principalement de fibres et de cellulose qui, comme les jus, contient les nutriments, est nécessaire à l’alimentation quotidienne et peut être utilisée de plusieurs façons. Cependant, comme pour le jus, la pulpe doit être utilisée le jour même pour éviter la perte de vitamines. La pulpe peut être utilisée entre autres pour donner du volume aux plats rissolés, épaissir les ragouts et les soupes ou, dans le cas des fruits, la servir dans un bol, recouverte de meringue et cuite au four. Outre la consommation, la pulpe est un excellent compost pour le jardin.

NOTE
Lorsque vous utilisez la pulpe, il peut y rester quelques morceaux de fruits ou de légumes. Vous devrez les retirer avant de l’utiliser dans vos recettes.

OBTENIR LE BON MÉLANGE
Il est facile de concocter de savoureux jus de fruits et légumes. Si vous les préparez vous-même, vous savez sûrement combien il est simple de créer de nouveaux mélange. Le goût, la couleur, la texture et les ingrédients choisis dépendent de vos goûts personnels. Pensez à vos saveurs et aliments préférés - seront-ils compatibles en eux? Certaines saveurs plus fortes pourraient en éclipser d’autres, plus subtiles. Cependant, la règle de base est de combiner les ingrédients féculents et pulpeux à ceux à forte teneur en humidité.
### Informations sur les Fruits & Légumes

<table>
<thead>
<tr>
<th>FRUITS &amp; LÉGUMES</th>
<th>SAISON POUR ACHETER</th>
<th>CONSERVATION</th>
<th>VALEUR NUTRITIVE</th>
<th>NOMBRE DE CALORIES</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Abricots</td>
<td>Été</td>
<td>Non emballés, bac à légumes du réfrigérateur</td>
<td>Riche en fibres diététiques, Potassium</td>
<td>55g d’abricots = 19 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Ananas</td>
<td>Printemps/Eté</td>
<td>Garder au frais</td>
<td>Vitamine B6, B9, Folate, Magnesium, Potassium, Fibres diététiques</td>
<td>100g d’ananas = 43 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Bananes</td>
<td>Automne/Printemps</td>
<td>Coupé le dessus et réfrigérer non emballés</td>
<td>Vitamine B6 &amp; C, Potassium, Fibres diététiques</td>
<td>100g de bananes = 90 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Betteraves</td>
<td>Hiver</td>
<td>Coupé le dessus et réfrigérer non emballés</td>
<td>Source de folate et fibres diététiques, Vitamine C &amp; Potassium</td>
<td>160g de betteraves = 79 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Bleuets</td>
<td>Été</td>
<td>Couvert au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C</td>
<td>100g de bleuets = 52 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Brocoli</td>
<td>Automne-Hiver</td>
<td>Sac d’alimentation au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, Folate, B6, B9, E, B6 &amp; Fibres diététiques</td>
<td>100g de brocoli = 31 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Choux de Bruxelles</td>
<td>Automne-Hiver</td>
<td>Non emballés, bac à légumes du réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, B2, B6, E, Folate et Fibres diététiques</td>
<td>100g de choux de Bruxelles = 97 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Chou</td>
<td>Hiver</td>
<td>Emballés et parés au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, Folate, Potassium, B6 et Fibres diététiques</td>
<td>100g de chou = 22 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Carottes</td>
<td>Hiver</td>
<td>Découvert au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine A, C, B6 et Fibres diététiques</td>
<td>100g de carottes = 33 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Chou-fleur</td>
<td>Automne-Hiver</td>
<td>Retirer les feuilles, mettre dans un sac d’alimentation au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, B5, B6, Folate, Vitamine S et Potassium</td>
<td>100g de chou-fleur = 24.5 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Céleri</td>
<td>Automne-Hiver</td>
<td>Réfrigérer dans un sac d’alimentation</td>
<td>Vitamine C et Potassium</td>
<td>100g de celeri = 15 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Concombre</td>
<td>Été</td>
<td>Bac à légumes du réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C</td>
<td>100g de concombre = 12 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Épinards</td>
<td>Toute l’année</td>
<td>Réfrigérer</td>
<td>Vitamine B6, B9, Folate, Magnesium, Potassium, Fibres diététiques</td>
<td>100g d’épinards = 15 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Fenouil</td>
<td>Automne à Printemps</td>
<td>Réfrigérer</td>
<td>Vitamine C, Fibres diététiques, Folate</td>
<td>100g de fenouil = 19 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Kiwis</td>
<td>Hiver</td>
<td>Bac à légumes au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C et Potassium</td>
<td>100g de kiwis = 52 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Mangues</td>
<td>Été</td>
<td>Couvertes au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine A, C, B6, B9 et Potassium</td>
<td>207g de mangues = 113 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Melon inondant, melon d’eau</td>
<td>Été/Automne</td>
<td>Bac à légumes au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, Folate, Fibres diététiques et Vitamine A</td>
<td>200g de melon = 50 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Nectarines</td>
<td>Été</td>
<td>Crisper in réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, B3, Potassium et Fibres diététiques</td>
<td>15g de nectarines = 66 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Oranges</td>
<td>Hiver/Automne/Printemps</td>
<td>Endroit frais et sec pour 1 semaine, transférer au réfrigérateur pour conserver</td>
<td>Vitamine C</td>
<td>131g d’oranges = 54 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Pamplemousse</td>
<td>Toute l’année</td>
<td>Température de la pièce</td>
<td>Vitamine C, Bioflavonoïdes, Lycopène, Fibres diététiques</td>
<td>100g de pamplemousses = 23 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Patates douces</td>
<td>Toute l’année</td>
<td>Garder au frais</td>
<td>Vitamine C, E, Beta Carotène, Fibres diététiques</td>
<td>100g de patates douces = 65 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Pêches</td>
<td>Été</td>
<td>Mûrir à température de la pièce puis réfrigérer</td>
<td>Vitamine C, Potassium, Fibres diététiques, Beta Carotène</td>
<td>100g de pêches = 42 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Poires</td>
<td>Automne/Hiver</td>
<td>Mûrir à température de la pièce puis réfrigérer</td>
<td>Vitamine C &amp; E Fibres diététiques</td>
<td>161g de poires = 93 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Pommes</td>
<td>Automne/Hiver</td>
<td>Sac troué au réfrigérateur</td>
<td>Rich en fibres diététiques et vitamines C</td>
<td>166g de pommes = 80 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Raisins (sans pépins)</td>
<td>Été</td>
<td>Sac alimentaire au réfrigérateur</td>
<td>Vitamine C, B6 et Potassium</td>
<td>100g de raisins = 60-80 cal.</td>
</tr>
<tr>
<td>Tomates</td>
<td>Fin Hiver à début Été</td>
<td>Mûrir à la température de la pièce</td>
<td>Lycopène, Vitamine C, E, Folate, Fibres diététiques</td>
<td>100g de tomates = 15-17 cal.</td>
</tr>
</tbody>
</table>
UN BON DÉBUT

JUS DE POMME, CAROTTE & CÉLERI
2 portions
Vous pouvez modifier les quantités de carottes ou de pommes pour adoucir le jus ou l’aciduler, selon vos goûts.

INGRÉDIENTS
4 petites pommes Granny Smith
3 carottes moyennes, parées
4 branches de céleri

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les pommes, les carottes et le céleri dans l’extracteur de jus.

Bien mélanger et servir immédiatement.

JUS DE TOMATE, CAROTTE, CÉLERI & LIME
2 portions

INGRÉDIENTS
2 tomates moyennes
1 grosse carotte, parée
2 branches de céleri, parées
1 lime, pelée

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les tomates, les carottes, le céleri et la lime dans l’extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE CAROTTE, BETTERAVE & ORANGE
2 portions

INGRÉDIENTS
2 carottes moyennes, parées
3 betteraves moyennes, parées
4 oranges, pelées

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les carottes, les betteraves et les oranges dans l’extracteur de jus.

Servir immédiatement.

JUS DE POMME, PÊCHE & PAMPLEMOUSSE
2 portions

INGRÉDIENTS
1 petite pomme Détolleuse
2 grosses pêches, coupées en deux et dénoyautées
2 pamplemousses, pelées

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les pommes, les pêches et les pamplemousses dans l’extracteur de jus.

Servir immédiatement.
JUS D’ANANAS, PÊCHE & POIRE
2 portions
INGRÉDIENTS
¾ petit ananas, pelé et coupé en deux
2 pêches, coupées en deux et dénoyautées
2 petites poires mûres
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter l’ananas, les pêches et les poires dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.

JUS DE TOMATE, CONCOMBRE, PERSIL & CAROTTE
2 portions
INGRÉDIENTS
3 tomates moyennes
1 gros concombre
1 gros bouquet de persil frais
3 carottes moyennes, parées
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les tomates, le concombre, le persil et les carottes dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.

JUS DE POMME, POIRE & FRAISE
2 portions
INGRÉDIENTS
1 petite pomme Granny Smith
3 petites poires mûres
1 tasse de fraises, équeutées
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les pommes, les poires et les fraises dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.

JUS DE CANTALOUP, MENTHE & MANGUE
2 portions
INGRÉDIENTS
¾ petit cantaloup, pelé, égrené et coupé en deux
3 tiges de menthe fraîche
1 mangue, coupée en deux, dénoyautée et pelée
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter le cantaloup, la menthe et la mangue dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.

JUS DE PANAIS, CÉLÉRI & POIRE
2 portions
INGRÉDIENTS
2 tomates moyennes
1 grosse carotte, parée
2 branches de céleri, parées
1 lime, pelée
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les tomates, les carottes, le céleri et la lime dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.

BOISSON DÉSALTÉRANTE À LA BETTERAVE, CAROTTE & ORANGE
4 portions
INGRÉDIENTS
8 carottes
2 petites betteraves, parées
¾ tasse de feuilles de menthe fraîche
4 oranges, pelées
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter tous les ingrédients dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.

JUS PÉTILLANT À L’ABRICOT, POMME & POIRE
2 portions
INGRÉDIENTS
4 gros abricots, coupés en deux et dénoyautés
4 petites pommes
3 poires moyennes
8 oz (250 ml) d’eau minérale pétillante
¾ tasse de glace concassée
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les abricots, les pommes et les poires dans l’extracteur de jus.
Servir immédiatement.
JUS DE TOMATE, CARotte & POIVRON
2 portions
INGRÉDIENTS
2 petits poivrons rouges
3 tomates moyennes
3 carottes, parées
4 tiges de persil
MARCHÉ À SUIVRE
1. Parer et égrena le poivron rouge.
2. Traiter les tomates, les carottes, le persil et le poivron dans l'extrait de jus.

SERVIR IMMÉDIATEMENT.

JUS DE BETTERAVE, POMME & CÉLÉRI
2 portions
INGRÉDIENTS
4 betteraves moyennes, parées
2 pommes moyennes Granny Smith
2 branches de céleri
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les betteraves, les pommes et le céleri dans l'extrait de jus.

SERVIR IMMÉDIATEMENT.

JUS D'ORANGE MOUSSEUX
4 portions
INGRÉDIENTS
1kg d'oranges, pelées
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les oranges dans l'extrait de jus. (Il est préférable de réfrigérer les oranges avant d'en extraire le jus)

SERVIR IMMÉDIATEMENT.

SOUPE AUX LÉGUMES FRAIS & NOUILLLES
4 portions
INGRÉDIENTS
1 petite tomate
1 petit oignon, pelé et paré
2 carottes
1 poivron vert, égrené
20 g (1 c. à soupe) de beurre
1 c. à soupe de farine de blé entier
575 ml de bouillon de légumes
425 g de haricots blancs en conserve
1 paquet de nouilles instantanées
Poivre noir fraîchement moulu
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter la tomate, l'oignon, les carottes et le poivron dans l'extrait de jus.
2. Dans une grande casserole, faire fondre le beurre à feu moyen.
3. Ajouter la farine, cuire 1 min en remuant constamment.
4. Verser le jus extrait, le bouillon de légumes et les fèves.
5. Porter à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter 10 min.
6. Ajouter les nouilles, cuire 2 min ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Verser dans 4 bols à soupe, saupoudrer de poivre noir au goût et servir immédiatement.

GAZPACHO
4 portions
INGRÉDIENTS
4 tomates moyennes
4 tiges de persil frais
1 grosse goussse d'ail, pelée
1 petit oignon, pelé et paré
2 carottes
2 branches de céleri
1 poivron rouge, égrené
1 concombre libanais
2 c. à soupe de vinaigre de vin rouge
Poivre noir fraîchement moulu
1 tasse de glace concassée
¼ tasse de basilic frais haché
MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les tomates, le persil, l'ail, l'oignon, les carottes, le céleri, le poivron et le concombre dans l'extrait de jus.
2. Ajouter le vinaigre et le poivre.
3. Disposer la glace dans 4 bols à soupe

Verser le jus extrait, saupoudrer de basilic et servir immédiatement.
**BOISSONS GLACÉES**

**PANACHÉ DE POIRE & ABRICOT**
2 portions

**INGRÉDIENTS**
- 4 gros abricots, coupés en deux et dénoyautés
- 3 grosses poires
- 250 ml (8 oz) d'eau minérale
- 1 tasse de glace concassée

**MARCHE À SUIVRE**
1. Traiter les abricots et les poires dans l'extracteur de jus.
2. Disposer la glace concassée dans 4 grands verres.
3. Verser le jus extrait dans chacun des verres.
4. Ajouter l'eau minérale et bien remuer pour mélanger.

**MÉLANGE TROPICAL**
2 portions

**INGRÉDIENTS**
- 2 mangues, coupées, dénoyautées et pelées
- 3 kiwis, pelés
- ¼ petit ananas, pelé et coupé en deux
- ¼ tasse de feuilles de menthe fraîche
- 1 tasse de glace concassée

**MARCHE À SUIVRE**
1. Traiter les mangues, les kiwis, l'ananas et la menthe dans l'extracteur de jus.
2. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

**BOISSON GLACÉE À LA TOMATE, NECTARINE, FRUIT DE LA PASSION ET MENTHE**
2 portions

**INGRÉDIENTS**
- 6 tomates
- 2 nectarines, coupées en deux et épépinées
- ¼ tasse de feuilles de menthe fraîche
- Pulpe de 4 fruits de la passion
- 1 tasse de glace concassée

**MARCHE À SUIVRE**
1. Traiter les tomates, nectarines et feuilles de menthe dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter la pulpe de fruits de la passion.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

**BOISSON À LA MANGUE, CANTALOUP, ORANGE & YOGURT**
4 portions

**INGRÉDIENTS**
- 1 mangue, coupée en deux, pelée et dénoyautée
- ¼ petit cantaloup, pelé, égrené et coupé en deux portions égales
- 5 oranges, pelées
- ¼ tasse de yogourt nature

**MARCHE À SUIVRE**
1. Traiter les tomates, le persil, le céleri, l'ail, l'oignon et le poivron dans l'extracteur de jus.
2. Verser dans le poêlon et cuire à feu moyen 3-4 min.
3. Ajouter les pâtes et mélanger pour bien recouvrir. Disposer le mélange dans 4 bols de service.
4. Saupoudrer d'origan et de fromage parmesan.

**BOISSON GLACÉE AU CANTALOUP, FRAISE & FRUIT DE LA PASSION**
2 portions

**INGRÉDIENTS**
- ½ cantaloup, pelé, égrené et coupé en deux portions égales
- 250 g de fraises, équeutées
- Pulpe de 2 fruits de la passion
- 1 tasse de glace concassée

**MARCHE À SUIVRE**
1. Traiter le cantaloup et les fraises dans l'extracteur de jus.
2. Ajouter la pulpe de fruits de la passion.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

**PÂTES À LA SAUCE PROVENÇALE**
4 portions

**INGRÉDIENTS**
- 4 tomates
- 2 tiges de persil frais
- 1 branche de céleri
- 2 grosses gousses d'ail
- 1 petit oignon, pelé et paré
- 1 poivron rouge, égrené
- 1 c. à soupe de pâte de tomate
- ¾ tasse de vin rouge
- 2 c. à thé d'origan séché
- 500 g de pâtes cuites
- ¾ tasse de fromage parmesan râpé

**MARCHE À SUIVRE**
1. Traiter les tomates, le persil, le céleri, l'ail, l'oignon et le poivron dans l'extracteur de jus.
2. Verser dans le poêlon et cuire à feu moyen 3-4 min.
3. Ajouter les pâtes et mélanger pour bien recouvrir. Disposer le mélange dans 4 bols de service.
4. Saupoudrer d'origan et de fromage parmesan.

**SERVIR IMMÉDIATEMENT.**
BOISSONS GLACÉES

BOISSON GLACÉE AU CONCOMBRE, ANANAS & CORIANDRE
2 portions

INGRÉDIENTS
1/4 petit ananas, pelé et coupé en deux
2 concombres
1/2 tasse de feuilles de coriandre fraîches
1 tasse de glace concassée

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter l’ananas, les concombres et la coriandre dans l’extracteur de jus.
2. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

Servez immédiatement.

BOISSON GLACÉE À LA POIRE, RADIS & CÉLERI
2 portions

INGRÉDIENTS
3 poires moyennes
4 radis, parés
3 branches de céleri
1 tasse de glace concassée

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les poires, les radis et le céleri dans l’extracteur de jus.
2. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

Servez immédiatement.

JUS ALCOOLISÉS

PINA COLADA
4 portions

INGRÉDIENTS
1/4 gros ananas, pelé et coupé en quartiers
60 ml (2 oz) de rhum Malibu
500 ml (16 oz) de soda
1 tasse de glace concassée

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter la poire dans l’extracteur de jus.
2. Y verser le rhum et le soda.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

Servez immédiatement.

BLOODY MARY
4 portions

INGRÉDIENTS
4 tomates moyennes
2 branches de céleri
1 gros poivron rouge, sans la base et égrené
60 ml (2 oz) de vodka
1 tasse de glace concassée

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les tomates, le céleri et le poivron dans l’extracteur de jus.
2. Ajouter la vodka. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange de tomates et bien remuer.

Servez immédiatement.

DÉLICE AU MELON MIEL
4 portions

INGRÉDIENTS
1 melon miel
60 ml (2 oz) de liqueur Midori
500 ml (16 oz) de soda
1 tasse de glace concassée

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter le melon miel dans l’extracteur de jus.
2. Y verser la liqueur et le soda.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange et bien remuer.

Servez immédiatement.

JULEP À LA PÊCHE & MENTHE
4 portions

INGRÉDIENTS
6 pêches, coupées en deux et dénoyautées
1/4 tasse de feuilles de menthe fraîche
60 ml (2 oz) de crème de menthe
2 c. à thé de sucre
1/4 tasse de glace concassée
500 ml (16 oz) d’eau minérale

MARCHÉ À SUIVRE
1. Traiter les pêches et les feuilles de menthe dans l’extracteur de jus.
2. Ajouter la crème de menthe et le sucre.
3. Disposer la glace dans 4 verres, y verser le mélange de pêches et bien remuer

Servez immédiatement.
PULPE & FIBRES

Plutôt que de jeter la pulpe extraite des fruits et légumes traités dans l'extractor de jus, récupérez-la dans les recettes suivantes:

**SOUPE AUX LÉGUMES & BACON**
4 portions

**INGRÉDIENTS**
- 15 g (1 c. à soupe) de beurre
- 1 oignon, finement haché
- 1 os de jambon
- 350 g (12 oz) de pulpe de betterave, égouttée et le jus réservé
- 60 g (2 oz) de pulpe de patate, égouttée et le jus réservé
- 60 g (2 oz) de pulpe de carotte, égouttée et le jus réservé
- 120 g (4 oz) de pulpe de tomate, égouttée et le jus réservé
- 60 g (2 oz) de pulpe de chou, égouttée et le jus réservé
- Jus réservé et assez d'eau pour 2L (2,1 pts)
- 4 tranches de bacon, hachées
- 1 c. à soupe de jus de citron
- ½ tasse (125 ml) de crème sure

**MARCHE À SUIVRE**
1. Dans une grande casserole, faire fondre le beurre, ajouter l'oignon et cuire 2-3 min ou jusqu'à coloration. Ajouter l'os de jambon, la pulpe de betterave, patate, carotte, tomate et chou, le jus réservé et l'eau, le bacon et le jus de citron.
2. Porter à ébullition, réduire le feu et laisser mijoter 30-40 min.
3. Retirer l'os de jambon. Le décasser, hacher la viande et la remettre dans la casserole.

Servir immédiatement.

**STRUDEL À LA CAROTTE, POMME & CÉLÉRI**
8 portions

**INGRÉDIENTS**
- 30 g (1 oz) de beurre
- 1 petit oignon, finement haché
- 4½ tasses de pulpe de carotte, pomme et céleri, égouttée (voir Recettes - Un bon début)
- 250 g (9 oz) de fromage cottage
- 2 c. à soupe de menthe fraîche hachée
- 1 œuf, battu
- 12 feuilles de pâte phyllo
- 60 g (2 oz) de beurre fondu (extra)
- 1 tasse de fromage parmesan râpé

**MARCHE À SUIVRE**
1. Dans une casserole, faire fondre le beurre, ajouter l'oignon et cuire 2-3 min ou jusqu'à ramollissement. Assaisonner au goût.
2. Dans un bol, combiner l'oignon, la pulpe de carotte, pomme et céleri, le fromage cottage, la menthe et l'œuf. Bien mélanger.
3. Couper les feuilles de pâte phyllo en deux, placer 3 feuilles sur le comptoir et couvrir le reste avec du papier ciré puis un chiffon humide pour les empêcher de sécher. Badigeonner une feuille de pâte avec le beurre fondu, saupoudrer de fromage parmesan, recouvrir d'une autre feuille de pâte, badigeonner à nouveau de beurre et saupoudrer de fromage. Répéter l'opération avec la dernière feuille.
4. Déposer à la cuillère le mélange de pulpe à une extrémité de la pâte, plier les côtés et rouler comme un rouleau suisse. Répéter avec le reste de pâte et de pulpe.
5. Placer sur une plaque à cuisson graissée et cuire à 400°F (200°C) durant 20-25 minutes ou jusqu'à coloration.

**CRÊPES AU PANAIS, FINES HERBES & POLENTA**
6 portions

**INGRÉDIENTS**
- 2 tasses de pulpe de panais, égouttée
- ¾ tasse (60 ml) de lait
- 2 œufs, séparés
- ¾ tasse de polenta (farine de maïs)
- ¾ tasse (81 g) de farine
- 1 c. à thé de thym frais, haché
- 1 c. à thé de romarin frais, haché
- 1 c. à thé d'assaisonnement cajun
- 1 petit poivron rouge, finement haché
- 1 c. à soupe d'huile

**MARCHE À SUIVRE**
1. Dans un grand bol, combiner la pulpe de panais, le lait, les jaunes d’œufs, la farine, la polenta, le thym, le romarin, les épices cajuns et le poivron.
2. Monter les blancs d’œufs en neige et plier dans le mélange de panais.
3. Dans un grand poêlon, chauffer l'huile et déposer quelques cuillerées de mélange à la fois. Cuire environ 1 min de chaque côté jusqu'à coloration.

Servir immédiatement.
GÂTEAU AUX CAROTTES

INGRÉDIENTS
1 1/4 tasse de farine tout usage
2 c. à thé de poudre à pâte
1/4 c. à thé de muscade
1/4 c. à thé de cannelle
1/4 c. à thé de cardamome
1/2 tasse (61 g) de noix hachées
1/2 tasse (52 g) de raisins
1/2 tasse de cassonade bien tassée
1 1/4 tasse de pulpe de carotte
1/2 tasse d'huile
2 œufs, légèrement battus
1/4 tasse de crème sure

MARCHÉ À SUIVRE
1. Graisser et tapisser un moule à pain de 10 po X 6 po (25 cm x 15 cm).
2. Dans un grand bol, tamiser la farine et la poudre à pâte, ajouter la muscade, la cannelle, la cardamome, les noix, les raisins, la cassonade et la pulpe de carotte. Bien mélanger.
3. Ajouter les œufs, l'huile et la crème sure. Mélanger au batteur électrique, à vitesse moyenne, jusqu'à ce que tous les ingrédients soient bien mélangés. Verser dans le moule.
4. Cuire au four à 350°F (180°C) durant 1 heure ou jusqu'à ce qu'un cure-dent en sorte propre. Retirer du four, laisser reposer dans le moule 5 min avant de le retourner sur une grille.