

Cuisinart®

*Smart Stick®
Variable Speed
Hand Blender*

CSB-179 SERIES



Instruction
& Recipe
Booklet

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

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using an electrical appliance, especially when children are present, basic safety precautions should always be taken, including the following:

1. **READ ALL INSTRUCTIONS.**
2. **Unplug from the outlet when not in use, before assembling or disassembling parts and before cleaning. To unplug, grasp the plug and pull from the outlet. Never pull from the power cord.**
3. To protect against electric shock, do not put the motor body, cord or electrical plug of this hand blender in water or other liquids. Only the detachable blending shaft and other certain parts of this appliance have been designed for immersion into water or other liquids. Never submerge any other portion of this unit. If hand blender falls into liquid, remove immediately. **Do not reach into the liquid without unplugging the unit first.**
4. This appliance is not intended for use by children or by persons with reduced physical, sensory, or mental capabilities, or lack of experience and knowledge. Close supervision is necessary when any appliance is used near children. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
5. Avoid contact with moving parts.
6. During operation, keep hands, hair and clothing, as well as spatulas and other utensils, away from attachments and any mixing container to reduce risk of injury to persons and/or damage to the appliance. A spatula may be used, but must be used only when the unit is not operating.
7. Do not operate any appliance with a damaged cord or plug or after appliance malfunctions, or is dropped or damaged in any manner. Contact the manufacturer at their customer service telephone number for information on examination, repair, or adjustment.
8. Remove detachable shaft from the motor body before washing the blades or shaft.
9. **Blades are SHARP. Handle carefully when removing, inserting or cleaning. Exercise the same care when removing or inserting the cutting blade, or reversing disc for the food processor attachment.**
10. When mixing liquids, especially hot liquids, use a tall container or mix small quantities at a time to reduce spillage, splattering and the possibility of injury from burning.
11. To reduce the risk of injury, never place chopper/grinder attachment cutting blade on base without first putting work bowl properly in place.

-
12. Be certain the food processor attachment cover is securely locked in place before operating appliance. Do not attempt to remove cover until blade has stopped rotating.
 13. Check work bowl for presence of foreign objects before using.
 14. The use of attachments or accessories not recommended by Cuisinart may cause fire, electric shock, or risk of injury.
 15. Do not use outdoors or for other than its intended use.
 16. Do not let any cord hang over the edge of the table or counter. Do not let cord contact hot surfaces, including stovetop.
 17. Make sure the appliance is off, the motor has stopped completely, and the appliance is unplugged from outlet before putting on or taking off attachments, and before cleaning.
 18. Maximum rating is based on the 300W chopper/grinder attachment that draws the greatest power.
 19. 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.

SAVE THESE INSTRUCTIONS

FOR HOUSEHOLD USE ONLY

NOTICE

This appliance has a polarized plug (one blade is wider than the other). As a safety feature, 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. Do not attempt to defeat this safety feature.

CONTENTS

Important Safeguards	2
Unpacking Instructions	4
Parts and Features	5
Assembly	7
Blending Attachment	7
Chopper/Grinder Attachment	7
Whisk Attachment	8
Reversible Blade	8
Operation	11
Blending	11
Whisking	12
Pulsing	12
Chopping/Grinding	12
Cleaning and Maintenance	13
Tips and Hints	13
Frequent Uses for Chopper/Grinder	16
Recipes	17
Warranty	30

UNPACKING INSTRUCTIONS

Place the package containing the Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand Blender on a sturdy surface. Unpack the hand blender from its box by removing the upper protective insert. Gently slide the unit from the box. Remove all support materials from the box and replace the upper insert. Save packaging for possible repacking of the unit.

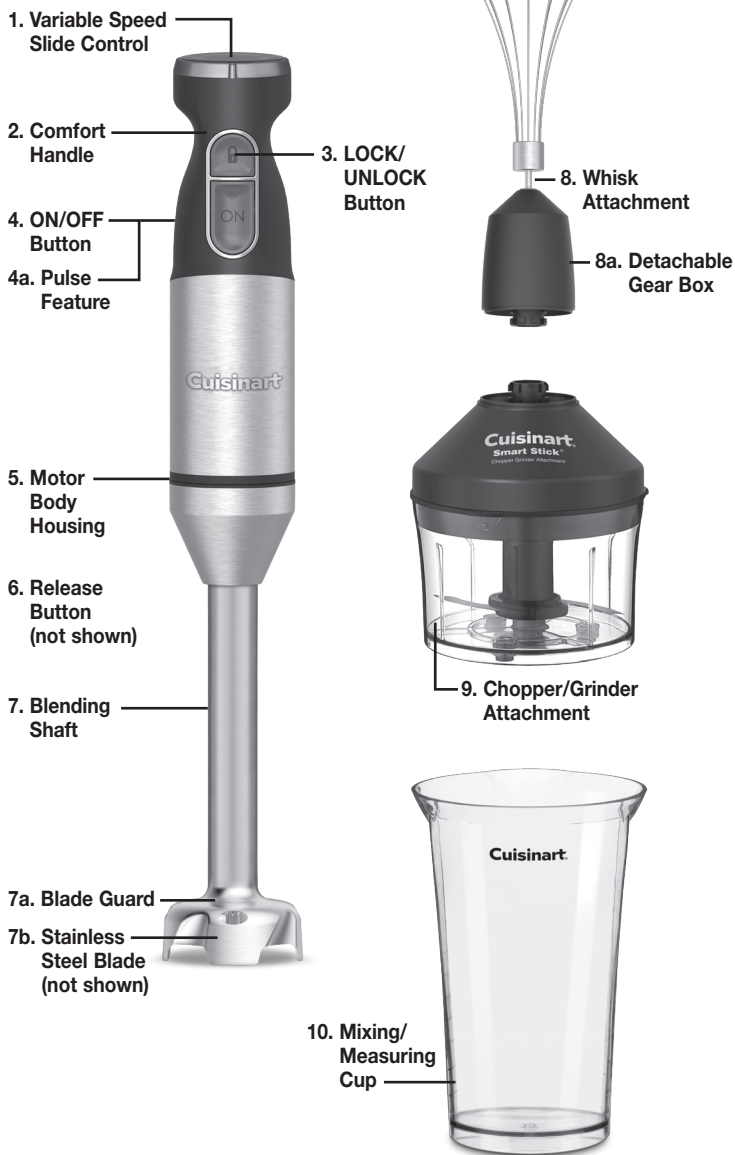
NOTE: The blending blade is extremely sharp.

Before using the Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand Blender for the first time, we recommend that you wipe the motor body housing with a clean, damp cloth to remove any dirt or dust. Dry it thoroughly with a soft, absorbent cloth. Handling it carefully, wash the detachable blending shaft with fixed-mount blade and the whisk by hand. Dry thoroughly before use. Read all instructions completely for detailed operating procedures.

PARTS AND FEATURES

1. **Variable Speed Slide Control:** Lets you adjust speed from low to high for the ingredients you are blending.
2. **Comfort Handle:** The ergonomic handle allows you to maneuver the hand blender with ease.
3. **LOCK/UNLOCK Button:** Must be pressed to unlock before power handle will operate.
4. **ON/OFF Button:** Simply press and hold down the button to blend. Once the button is released, blending will stop.
 - 4a. **Pulse Feature:** Repeatedly press and release the ON/OFF button to PULSE (while holding down the LOCK/UNLOCK button).
5. **Motor Body Housing:** Powers the blender.
6. **Release Button** (not shown) Release button in back makes it easy to attach and detach blending shaft and whisk assembly.
7. **Detachable Blending Shaft**
 - 7a. **Blade Guard:** Snaps into the motor body housing. The fixed-mount stainless blade is partially covered by a stainless guard to keep splatter to a minimum.
 - 7b. **Stainless Steel Blade**
8. **Whisk Attachment:** Whisk attachment snaps into the gearbox which connects to the motor body housing. The whisk is great for whipping cream, egg whites and other delectable treats.
 - 8a. **Detachable Gear Box:** Whisk attaches to it.
9. **Chopper/Grinder Attachment with Reversible Blade:** Chop, mince and grind with the Cuisinart® chopper/grinder attachment. Chopper/grinder attaches to the motor body in place of the blending shaft or whisk attachment.
10. **Mixing/Measuring Cup:** 3-cup (24 oz.) mixing cup is top-rack dishwasher safe. Use this container to blend drinks, shakes, salad dressings and more. Designed for easy gripping and drip-free pouring.

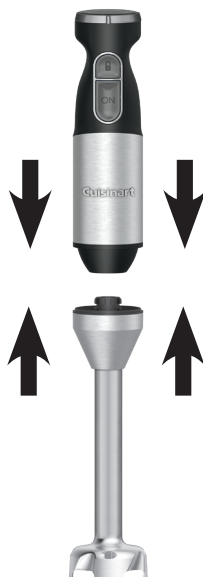
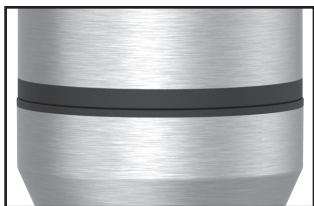
PARTS AND FEATURES



ASSEMBLY

BLENDING ATTACHMENT

1. Align the motor body housing with the blending shaft and push the pieces together until you hear and feel them click together. It may be helpful to press the release button when assembling.



2. Plug the power cord of the hand blender into an electrical outlet.

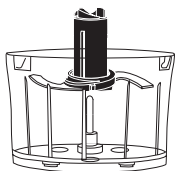
CHOPPER/GRINDER ATTACHMENT

1. Connect the motor body housing to the top of the work bowl cover.
2. Align the spine in the chopper/grinder cover's drive shaft with the ribbed opening on the underside of the motor body housing.
3. When aligned properly, slide the two pieces together until you feel and hear a slight click.



CHOPPER/GRINDER ATTACHMENT

4. Place the chopping/grinding blade into center of the work bowl over metal blade shaft.
5. Place the motor body housing with cover on top of the work bowl and rotate clockwise to lock into place.
6. Plug the power cord of the hand blender into an electrical outlet.



WHISK ATTACHMENT

1. Align the motor body housing with the assembled whisk attachment and push the pieces together until you hear and feel them click together. It may be helpful to press the release button when assembling.

NOTE: Whisk and whisk gearbox are detachable from one another.

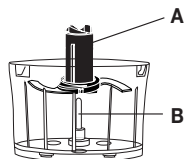


REVERSIBLE BLADE

The Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand Blender chopper/grinder attachment is equipped with a reversible blade. This blade is sharp on one side and blunt on the other. The blade is attached to a plastic ring that slides over the plastic blade sheath, so it can be easily turned over to select the appropriate blade. To reverse the blade, see detailed instructions on page 10. Also see Frequent Uses for Chopper/Grinder (page 16).

Assemble the parts:

1. Place the work bowl on a flat, dry, stable surface near an electrical outlet with the same specifications as the hand blender.
2. The fully assembled two-piece metal blade assembly (A) should be attached to the bottom of the work bowl. If not, slide it onto the metal shaft (B) in the bowl.



IF METAL BLADE RING (C) HAS NOT BEEN ATTACHED TO PLASTIC SHEATH (D), OR TO SAFELY REASSEMBLE BLADE ASSEMBLY AFTER USE AND CLEANING, CAREFULLY FOLLOW THESE INSTRUCTIONS:

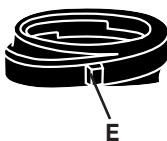
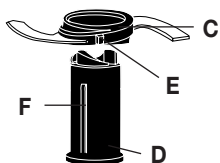
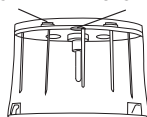
Assembling the Blade Ring

ALWAYS HOLD THE BLADE RING BY THE CENTRAL HUB'S HOLDING GRIPS (E). DO NOT TOUCH THE RAZOR-SHARP BLADES!



To assemble using base of bowl to turn blade:

1. Turn work bowl upside down and stand the sheath (D) on the raised round nub in the center of bowl bottom.
2. Place the metal blade ring (C) over the sheath (D) lining up the two notches in the interior of the center hub with the two ridges (F) on either side of the sheath. Let the blade ring slide to the bottom of the sheath.



3. Grasp the top of the sheath firmly and turn counterclockwise to lock the blade into place on the sheath. The three rubberized nubs will guide the blade ring without you needing to touch it.
4. To remove the blade from the sheath, stand the metal blade assembly on the overturned work bowl and turn the sheath clockwise to unlock the blade. Holding the central hub by the grips, carefully lift the blade ring off the sheath.

To assemble turning blade by hand:

1. Carefully place the metal blade ring (C) over the sheath (D), lining up the two notches in the interior of the center hub with the two

ridges (F) on either side of the sheath. Let the blade ring slide to bottom of sheath.

2. Grasp the top of the sheath firmly and, holding the grips (E) on the central hub of the blade ring, turn the blade ring clockwise to lock it into place on the sheath.
3. To remove the blade from the sheath, hold the sheath firmly and holding the central hub by the grips, turn the blade ring counterclockwise to unlock it and carefully lift it off the sheath.

TWO-WAY CUTTING BLADE

(See section on Frequent Uses for Chopper/Grinder, page 16, to learn which side of blade – SHARP or DULL – is best for what you are prepping.)

SHARP – Place blade ring over plastic blade sheath so the word “SHARP” is on top side of blade.



DULL – Place blade ring over plastic blade sheath so **no writing** is on top of blade.



OPERATION



1. Press and hold the LOCK/UNLOCK button.



2. Then press and hold the ON/OFF button.



3. Release the LOCK/UNLOCK button while continuing to hold down the ON/OFF button.

No need to keep holding down the LOCK/UNLOCK button once the blender is operating.

BLENDING

The specially designed blade blends, mixes and purées all kinds of foods, including salad dressings, thick smoothies, powdered drink products, soups and sauces. It can also be used to emulsify mayonnaise.

This blade is designed to add minimal air to your mixture. A gentle up-and-down motion lets you achieve the most flavorful, full-bodied results. Be careful never to remove the blending shaft from the liquid while in operation.

1. Connect the blending shaft to the motor body housing.
2. Plug electrical cord into a wall socket.
3. Immerse the blade end of blending shaft into mixture to be blended. You can blend in the mixing cup, bowl, pot, saucepan or pitcher.
4. Turn the variable speed slide to the speed recommended in your recipe. **NOTE:** You can change the blending speed while blending.
5. To turn the blender on:
See illustrations 1, 2, 3 above.
 1. Press and hold the LOCK/UNLOCK button.
 2. Then press and hold the ON/OFF button.
 3. Release the LOCK/UNLOCK button while continuing to hold down the ON/OFF button.

NOTE: Do not continuously blend for longer than 60 seconds. Release ON/OFF button for 20–30 seconds between 60-second blending cycles.

6. Unplug immediately after use.

TO PULSE

1. Press and hold the LOCK/UNLOCK button.
2. Then press and hold the ON/OFF button.
3. Repeatedly press and release the ON/OFF button *while continuing to hold down* the LOCK/UNLOCK button to pulse until ingredients reach desired consistency.

WHISKING

1. Insert the whisk assembly into the motor body.
(See Assembly for Whisk Attachment, page 8.)
2. Plug electrical cord into a wall socket.
3. Put the whisk into mixture that will be whisked.
4. Turn the variable speed slide to the desired speed.
To begin whisking, follow the instructions in #5 under OPERATION BLENDING.
5. Unplug immediately after use.

CHOPPING/GRINDING

1. Place the work bowl firmly on a flat, sturdy surface like a countertop.
2. Put food in the work bowl. Be sure the food is cut into small pieces (½ to 1 inch), and the bowl is not overloaded.
3. Put the work bowl cover on top of the work bowl. Be sure the cover is properly seated.
4. Turn the variable speed slide to the desired speed. To begin processing, follow the instructions in #5 under OPERATION BLENDING (unplug immediately after use).

NOTE: Due to the powerful motor provided with this unit, Cuisinart recommends using one hand to support the work bowl during operation.

5. When you have finished processing the food, stop the unit by releasing the ON/OFF button.
6. **WHEN THE BLADE STOPS MOVING**, unplug the unit.
7. Remove the motor body with the cover from the work bowl.
8. Carefully remove the chopping blade, holding it by the gripping ridges on the plastic sheath. **NEVER TOUCH THE BLADE ITSELF.**
9. Remove food from work bowl with a kitchen tool.

NOTE: Do not operate the chopper/grinder attachment without food contents in the work bowl.

CLEANING AND MAINTENANCE

MOTOR BODY AND BLENDING SHAFT

Unplug the Smart Stick® before cleaning. Clean the motor body and blending shaft thoroughly after using. Remove the blending shaft from the motor body. Clean the motor body only with a sponge or damp cloth. Do not use abrasive cleaners that could scratch the surface. To clean the blending shaft, wash by hand in hot water, using mild detergent. Be mindful of the fixed, razor-sharp edges.

Do not put the motor body or blending shaft in the dishwasher.

CHOPPER/GRINDER ATTACHMENT

To simplify cleaning, rinse the work bowl, blade and cover immediately after use so that food won't dry on them. Do not submerge the work bowl cover in water or put in the dishwasher. Wash chopping blade and work bowl in warm, soapy water. Rinse and dry. Wipe the underside of the cover with a sponge or damp cloth to remove any food. Wash the blade carefully. Avoid leaving it in soapy water where it may disappear from sight.

You can wash the work bowl and chopping blade on the top shelf of your dishwasher. Unload the dishwasher carefully to avoid contact with the sharp blade. Wipe the motor body and top of the cover with a damp sponge or cloth. Dry it immediately. **Never submerge the motor body or the cover in water or other liquids.** The chopper/grinder attachment is intended for **HOUSEHOLD USE ONLY.**

WHISK ATTACHMENT

To clean your whisk attachment, simply release the attachment from the motor body housing. Once the whisk is removed, detach the metal whisk from the gearbox by pulling the pieces apart. To clean the gearbox, simply wipe with a damp cloth. To clean the metal whisk, wash with warm, soapy water or put in the top shelf of the dishwasher.

Do not submerge the gearbox in water or any other liquids.

Any service, other than cleaning and normal user maintenance, should be performed by an authorized Cuisinart Service Representative.

TIPS AND HINTS

FOR HAND BLENDER

- When blending in the mixing cup, hardest items should go in first, followed by the softest items and then liquid, unless recipe instructs otherwise.
- When blending into mixing cup, cut most solid foods into ½-inch pieces for easy blending.
- Be sure that blending blade guard is fully submerged before blending ingredients.
- Do not attempt to blend fruit pits, bones or other hard materials, as these are liable to damage the blades.

-
- Do not fill mixing containers too full. The level of mixture will rise when blending and can overflow.
 - Liquid should not come closer than 1 inch of where the shaft attaches to the motor housing.
 - Using a gentle up-and-down motion is the best way to blend and incorporate ingredients uniformly.
 - To whip air into a mixture, always hold the blade just under the surface.
 - When using a nonstick cooking surface, be careful not to scratch the coating with the hand blender.
 - To purée a soup, use the hand blender to blend the soup ingredients to the desired consistency using a gentle up-and-down motion right in the saucepan or pot.
 - When blending ingredients right in a pot or pan, tilt the pan away from you to create a deeper area for blending to prevent splatter.
 - Do not let hand blender stand in a hot pot on stove while not in use.
 - Use the hand blender to make smooth gravies and pan sauces.
 - The hand blender is perfect for frothing milk for cappuccino or lattes. Just warm milk in a small saucepan, and then pulse the hand blender gently, being sure to keep the blending blade guard fully submerged.
 - Do not immerse motor body housing in water or any other liquids.

FOR WHISK ATTACHMENT

- Do not immerse whisk attachment gearbox in water or any other liquids.
- Use the whisk attachment for beating heavy cream or egg whites.
- When beating egg whites, use a very clean metal or glass bowl, never plastic. Plastic can contain hidden oils and fats that can ruin the delicate egg-white foam. To help stabilize the egg whites, add $\frac{1}{8}$ teaspoon of cream of tartar per egg white prior to beating them. (If using a copper bowl, omit the cream of tartar.) Beat the egg whites until desired peaks form.
- When adding sugar to beaten egg whites, add it slowly when soft peaks just begin to form, and then continue beating to form desired peaks.
- Beating the egg whites too long causes them to dry out and become less stable.
- When beating heavy cream, if possible and time allows, use a chilled bowl and chill the whisk attachment. The best shaped bowl for whipping cream is one that is deep with a rounded bottom to minimize any splatter.
- The cream should come out of the refrigerator just before whipping. Whipped cream may be used at either soft or firm peaks, depending on preference. It may be flavored as desired. For best results, whip cream just before using.
- It may also be used for any task that you would normally whisk by hand, like crêpe batters or eggs for omelets.

FOR FOOD CHOPPER/GRINDER ATTACHMENT

- Do not overload work bowl. For best results, most foods should not reach more than $\frac{2}{3}$ of the way up the work bowl.
- Liquids in work bowl should not exceed $1\frac{1}{2}$ cups. Use quantities given in the recipe section as a guide.
- For raw ingredients: Peel, core and/or remove seeds and pits. Food should be between $\frac{1}{2}$ and 1 inch, depending on hardness of the food.
- The size of pieces you put in bowl should be about the same size to achieve even results.
- Do not attempt to chop fruit pits, bones or other hard materials, as these are liable to damage the blades.
- Pulse food in 1-second increments to chop. For the finest chop, process continuously. Watch ingredients closely to achieve desired consistency and scrape the work bowl as necessary.
- Do not operate chopper/grinder attachment for more than 30 seconds continuously.
- When making compound butters, remove the butter from the refrigerator and let it come to room temperature before blending the ingredients.
- Some spices may scratch the work bowl.
- Do not immerse food processor cover in water or any other liquids.

FREQUENT USES FOR CHOPPER/GRINDER

Ingredient	Suggested Blade	Speed	Comments
Baby foods (always consult a pediatrician or family physician for appropriate food recommendations)	Sharp Blade	Low-High	Place small amounts of cooked foods into chopper/grinder bowl. Add small amount of appropriate liquid. Pulse to chop, then hold to blend.
Bread Crumbs fresh or dry (day old)	Sharp Blade	High	Pulse to chop, then process until desired consistency is reached.
Hard Cheese (Asiago, Locatelli, Parmesan, Romano, etc.) (Not recommended for softer cheeses unless making a dip or dressing)	Sharp Blade	High	Cut into ¼-inch pieces. Pulse to chop, then process until desired consistency is reached. Do not process more than 2 ounces at one time.
Chocolate	Sharp Blade	High	Cut into ½-inch pieces; may chill in freezer for 3 minutes before chopping. Pulse to chop, then process, no more than 1 ounce at a time, until desired texture is reached.
Creamy Dressings and Dips	Sharp Blade	Low	Place ingredients in chopper/grinder bowl; do not cover or spill on stem. Use pulse action to chop, then continuous-hold action to blend to desired consistency.
Garlic (peeled)	Sharp Blade	High	Up to 6 cloves. Pulse to chop.
Ginger (fresh)	Sharp Blade	High	Peel, cut into ½-inch pieces. Pulse to chop ½ ounce at a time.
Hard Spices (coriander, cloves, anise, etc.)	Dull Blade	High	Pulse to chop until desired consistency. Pulse with sharp blade to get fine results.
Herbs (fresh)	Sharp Blade	High	½ cup maximum; must be clean/dry. Pulse to chop.
Nuts	Dull Blade	High	Shelled; toast first for best flavor. Pulse to chop, process up to ½ cup at a time, until desired consistency is reached. May be processed to nut-butter stage.
Onion	Sharp Blade	High	Peel, cut into ½-inch pieces. Pulse to chop, up to ½ cup at a time, until desired chop is reached.
Vegetables (cooked)	Sharp Blade	Low-High	Cut into ½- to 1-inch pieces; pulse to chop, up to ½ cup at a time. Add cooking liquid, stock or water to process to a puree. It is not recommended for making mashed potatoes.
Vegetables (uncooked)	Sharp Blade	High	Peel as needed; cut into ½-inch pieces. Chop/process up to ½ cup at a time.
Meat (raw for grinding)	Sharp Blade	High	6 ounces, cut into 1/2-inch pieces, cut into ½-inch pieces. Pulse until desired consistency.
Simple Blending	Dull Blade	Low-High	For light mixing and incorporating.

Simple Fruit Smoothie

This recipe works great with any type of fruit or juice.

Makes 2 cups

- 1½ cups mixed fruit, fresh or frozen**
- ½ banana, cut into 1-inch pieces**
- ½ cup juice (use your favorite)**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, start blending on Medium, gradually increasing to High until smooth, about 30–45 seconds.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (1 cup):
Calories 112 (4% from fat) • carb. 28g • pro. 1g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 6mg • calc. 16mg • fiber 3g

Breakfast Shake for the Road

Nutrition in a cup! Make this smoothie in the morning for breakfast on the road.

Makes about 2 cups

- 1 frozen banana, cut into ½-inch pieces**
- 1 tablespoon ground flax seeds (optional)**
- ¼ cup blueberries**
- ½ cup peach pieces (fresh or frozen, cut into ½-inch pieces)**
- ½ cup low-fat yogurt**
- ½ cup juice (use your favorite)**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, start blending on Medium, gradually increasing to High until smooth, about 30–45 seconds.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (1 cup):
Calories 181 (11% from fat) • carb. 38g • pro. 4g • fat 2g • sat. fat 0g
• chol. 4mg • sod. 43mg • calc. 111mg • fiber 4g

Power Blast Protein Smoothie

Blend this for a post-workout pick-me-up.

Makes about 2 cups

- ½ cup pineapple pieces (½-inch pieces)**
- 1 cup mango pieces (½-inch pieces)**
- 1 banana, cut into ½-inch pieces**
- 2 tablespoons protein powder**
- ⅓ cup low-fat yogurt**
- ½ cup coconut milk**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, start blending on Medium, gradually increasing to High until smooth, about 30–45 seconds.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (1 cup):

*Calories 270 (40% from fat) • carb. 38g • pro. 6g • fat 13g • sat. fat 11g
chol. 5mg • sod. 68mg • calc. 89mg • fiber 4g*

Cherry Ginger Smoothie

Coconut milk beverage is made for drinking, and has fewer calories and grams of fat than canned coconut milk. For a thicker, creamier drink, substitute $\frac{2}{3}$ cup canned coconut milk for the coconut milk beverage.

Makes about 1 cup

- 1 cup dark, sweet, frozen cherries**
- 1 ½-inch piece fresh ginger, peeled**
- $\frac{3}{4}$ cup coconut milk beverage**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, start blending on Medium, gradually increasing to High until smooth, about 30–45 seconds.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (1 cup):

*Calories 128 (23% from fat) • carb. 24g • pro. 1g • fat 3g • sat. fat 3g
chol. 0mg • sod. 1mg • calc. 1mg • fiber 4g*

Chocolate Peanut Butter Ice Cream Shake

This will satisfy your sweet tooth.

Makes 2 cups

- 1½ cups chocolate ice cream**
- 2 teaspoons creamy peanut butter**
- 1 teaspoon chocolate syrup**
- ¾ cup whole milk**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, blend on Low, using a gentle up-and-down motion, until smooth and homogenous, about 30–40 seconds.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (½ cup):

*Calories 156 (46% from fat) • carb. 18g • pro. 4g • fat 8g • sat. fat 5g
chol. 23mg • sod. 69mg • calc. 112mg • fiber 1g*

Mango Lassi

Adjust the amount of sugar in this recipe based on your personal preference and the ripeness of your mango—riper mangoes are sweeter.

Makes 2 cups

- 4 ice cubes**
- 1 ripe mango, peeled, pitted and cut into ½-inch pieces**
- 1½ cups plain, whole-milk yogurt**
- ½ teaspoon ground cardamom**
- ½ teaspoon ground cinnamon**
- Pinch kosher salt**
- 3 teaspoons granulated sugar, divided**

1. Put the ice cubes, mango, yogurt, spices, and salt into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, start blending on Medium, gradually increasing to High until smooth, about 1 minute.
3. Taste and add sugar, 1 teaspoon at a time, blending after each addition, until desired sweetness is reached.
4. Serve immediately.

NOTE: If a thinner drink is desired, add cold water, a tablespoon or two at a time, blending after each addition, until desired consistency is achieved.

Nutritional information per serving (1 cup):

*Calories 223 (25% from fat) • carb. 34g • pro. 9g • fat 6g • sat. fat 4g
chol. 23mg • sod. 181mg • calc. 319mg • fiber 2g*

Watermelon-Mint Refresher

This summery drink doesn't require any extra liquid to blend—the watermelon is watery enough.

Makes 2 cups

- 1 cup frozen strawberries**
- 1 tablespoon fresh mint leaves**
- 2 cups chopped watermelon, cut into ½-inch pieces**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, start blending on Medium, gradually increasing to High until smooth, about 30–45 seconds.
3. Serve immediately.

Nutritional information per serving (1 cup):
Calories 75 (10% from fat) • carb. 18g • pro. 1g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 5mg • calc. 24mg • fiber 2g

Mayonnaise/Aioli

A hefty amount of garlic transforms this mayonnaise recipe into aioli, a dip traditionally used for crudités. Like mayonnaise, it can also be used to top burgers, fish and crab cakes.

Makes 1 cup

- 2 garlic cloves, peeled (if making aioli)**
- 2 large egg yolks**
- 2 tablespoons fresh lemon juice**
- 1 to 2 pinches kosher salt**
- 1 tablespoon Dijon mustard**
- 1½ cups vegetable oil**

1. Put all ingredients (omitting the garlic if making mayonnaise), in the order listed, into the mixing cup. Allow to sit for about 30 seconds to 1 minute.
2. Insert the blending shaft into the mixing cup so that the blade guard touches the bottom of the cup. Blend on Low, keeping the blade on the bottom. Once the ingredients thicken and start to emulsify, continue processing, using a gentle up-and-down motion, until thick and all of the oil is completely incorporated.
3. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (1 tablespoon, Mayonnaise):
Calories 169 (98% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 19g • sat. fat 2g
• chol. 23mg • sod. 32mg • calc. 3mg • fiber 0g

Nutritional information per serving (1 tablespoon, Aioli):
Calories 169 (98% from fat) • carb. 1g • pro. 0g • fat 19g • sat. fat 3g
• chol. 23mg • sod. 33mg • calc. 4mg • fiber 0g

Hollandaise

Using a hand blender makes this tricky-to-make sauce a no-fuss recipe that you will want to put on top of more than just poached eggs.

Makes about 1 cup

- 4 large egg yolks**
- 1 tablespoon fresh lemon juice**
- ¾ teaspoon kosher salt**
- ½ pound (2 sticks) unsalted butter, melted and kept slightly warm (not hot)**
- Warm water, as needed**

1. Put the egg yolks, lemon juice, and salt into the mixing cup. Slowly pour the warm butter into the cup, carefully leaving any white milk solids on the bottom of the pot behind. Allow to rest for about 1 minute.
2. Insert the blending shaft into the cup so that the blade guard touches the bottom of the cup. Blend on Low, keeping the blade on the bottom. Once the ingredients thicken and start to emulsify, continue processing, using a gentle up-and-down motion, until thick and all the ingredients are incorporated.
3. If sauce is too thick, blend in warm water, 1 teaspoon at a time, until desired consistency is achieved (approximately 2 tablespoons total).
4. Taste and adjust seasoning as desired. Serve immediately or transfer to a double boiler to keep warm.

Nutritional information per serving (2 tablespoons):

*Calories 230 (97% from fat) • carb. 0g • pro. 1g • fat 25g • sat. fat 15g
• chol. 153mg • sod. 218mg • calc. 11mg • fiber 0g*

Basic Vinaigrette

Use this recipe as a guide for making various combinations. Simple additions, like fresh or dried herbs, citrus or honey, can make a new dressing every time.

Makes about 1 cup

- ¼ cup wine vinegar (any variety will work)**
- 1 teaspoon Dijon mustard**
- ¼ teaspoon kosher salt**
- ⅛ teaspoon freshly ground black pepper**
- ¾ cup extra virgin olive oil**

1. Put all ingredients, in the order listed, into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, blend on Low, keeping the blade guard completely submerged, until the mixture starts to emulsify. Continue processing, using a gentle up-and-down motion, until homogenous, about 30 seconds.
3. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (2 tablespoons):

*Calories 181 (100% from fat) • carb. 0g • pro. 0g • fat 21g • sat. fat 3g
• chol. 0mg • sod. 91mg • calc. 0mg • fiber 0g*

Mango Salsa

Serve alongside warm tortilla chips or over grilled chicken, fish or pork.
The fresh flavors will brighten any simple meal.

Makes about 1 cup

- 1** **garlic clove, peeled**
- ¼** **jalapeño, seeded and halved**
- 1** **green onion, cut into ½-inch pieces**
- 1** **tablespoon packed cilantro leaves**
- 1** **cup grape tomatoes, halved**
- ½** **cup chopped mango (½-inch pieces)**
- ¼** **teaspoon kosher salt**
- Pinch freshly ground black pepper**
- 1** **teaspoon fresh lime juice**

1. Put the garlic, jalapeño, green onion, and cilantro into the chopping cup. Pulse on High to chop, about 6 to 8 times. Transfer to a medium bowl.
2. Add grape tomatoes and mango to chopping cup. Pulse again on High to roughly chop, about 5 to 6 times. Transfer to bowl with other chopped items. Add salt, pepper, and lime juice; stir.
3. Taste and adjust seasoning as desired. Strain if necessary.

Nutritional information per serving (¼ cup):
Calories 23 (6% from fat) • carb. 6g • pro. 1g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 137mg • calc. 15mg • fiber 1g

Guacamole

This popular Mexican specialty is delicious with chips and vegetable crudité's, or as a topping for grilled chicken or fish.

Makes about 1 cup

- 1** **garlic clove, peeled**
- ½** **jalapeño, seeded and quartered**
- ¼** **cup grape tomatoes**
- 1** **ripe avocado, halved and pitted**
- 1** **teaspoon fresh lime juice**
- ½** **teaspoon kosher salt**

1. Put the garlic and jalapeño into the chopping cup. Process on High for 5 seconds to chop. Add the tomatoes and pulse 2 to 3 times to chop. Add the remaining ingredients and pulse on High until desired consistency is achieved.
2. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (2 tablespoons):
Calories 30 (72% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 3g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 144mg • calc. 4mg • fiber 1g

Hummus

This hummus is delicious on its own, but also makes a great foundation for new flavor variations like roasted pepper or fresh herbs.

Makes about 2 cups

- 1 garlic clove, peeled**
- 1 can (15.5 ounces) chickpeas, drained and rinsed**
- ½ cup tahini**
- 2 tablespoons fresh lemon juice**
- ¾ teaspoon kosher salt, or to taste**
- Pinch ground cumin**
- ½ cup water (plus more if needed)**

1. Put the garlic clove into the chopping cup and process on High until finely chopped, about 5 to 10 seconds; scrape bowl. Add the remaining ingredients and process on High until fully smooth, about 1 minute.
2. Taste and adjust seasoning as desired. If a thinner consistency is desired, add additional water, or olive oil for a richer tasting hummus.

Nutritional information per serving (2 tablespoons):
Calories 71 (47% from fat) • carb. 7g • pro. 3g • fat 4g • sat. fat 1g
• chol. 0mg • sod. 119mg • calc. 45mg • fiber 2g

Roasted Red Pepper and Tomato Sauce

This is a very versatile sauce. It is equally great over grilled chicken or a bowl of pasta.

Makes about 4 cups

- 2 teaspoons olive oil**
- 1 medium onion, cut into ½-inch pieces**
- 1 medium carrot, cut into ½-inch pieces**
- 1 medium celery stalk, cut into ½-inch pieces**
- 2 garlic cloves**
- 1 teaspoon dried basil**
- ⅓ cup dry white wine or vermouth**
- 3 roasted red peppers (jarred and packed in vinegar), cut into ½-inch pieces**
- 2 tablespoons tomato paste**
- 2 cans (15 ounces each) diced tomatoes, with juices**
- ¾ teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- ⅛ teaspoon crushed red pepper flakes, or to taste**

1. Put the olive oil in a medium saucepan set over medium heat. Once hot, add the onion, carrot, celery, garlic, and basil. Partially cover and cook until vegetables are softened but not browned, about 6 to

8 minutes. Add the wine/vermouth, stirring to deglaze the pan (picking up the brown bits from the bottom of the pan and working into the mixture); let cook until fully evaporated. Add remaining ingredients. Increase heat to bring to a boil, then reduce the heat to allow to simmer, partially covered, for about 35 to 40 minutes. Uncover and then simmer for an additional 15 to 20 minutes to thicken.

2. Remove from heat and using the blending shaft, blend on Low gradually increasing to Medium until sauce is puréed. If using a larger saucepan, tilt the pan to the side away from you to ensure that the blade guard is fully submerged to prevent splatter.
3. Taste and adjust seasoning as desired.

Nutritional information per serving (¼ cup):

*Calories 29 (18% from fat) • carb. 5g • pro. 1g • fat 1g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 216mg • calc. 15mg • fiber 1g*

Black Bean Soup

This soup gets its rich texture from *not* rinsing the beans; the starchy liquid from the can is used to thicken the soup.

Makes about 6 cups

- 2 garlic cloves, finely chopped**
- ½ medium onion, finely chopped**
- 1 jalapeño, seeded and finely chopped**
- 1 red bell pepper, finely chopped**
- 1 tablespoon olive oil**
- 1¼ teaspoons kosher salt, divided**
- 1 bay leaf**
- 1 teaspoon ground cumin**
- 3 cans (15 ounces each) black beans, not drained**
- 1 cup chicken broth, low sodium**
- 1 teaspoon red wine vinegar**
- Crème fraîche or plain, whole-milk yogurt for serving**
- Cilantro, chopped, for serving**
- Tortilla chips for serving**

1. Put the garlic, onion, and jalapeño into the chopping cup. Pulse to finely chop. Remove and reserve. Put the bell pepper in the chopping cup and pulse to finely chop; reserve with the other vegetables.
2. Put the oil in a stockpot set over medium heat. Once the oil is hot, add the chopped vegetables and sauté until soft, about 5 to 7 minutes.
3. Add ¾ teaspoon of the salt, bay leaf, and cumin. Cook, while stirring, until nicely fragrant, about 1 minute.
4. Add the beans (with liquid from can) and the broth. Simmer, partially covered, until all the ingredients are tender and the flavors have melded, about 20 to 25 minutes. Discard the bay leaf.

-
- Remove soup from the heat. Using the blending shaft, blend on Low for about 20 seconds and then gradually increase to High and blend until very smooth, about 1 minute in total. Add remaining salt and vinegar; blend an additional 10 to 15 seconds to incorporate.
 - Taste and adjust seasoning as desired.
 - Serve, topping with a dollop of crème fraîche, a pinch of the chopped cilantro and tortilla chips.

Nutritional information per serving (1 cup):
Calories 288 (13% from fat) • carb. 47g • pro. 18g • fat 4g • sat. fat 1g
• chol. 0mg • sod. 589mg • calc. 63mg • fiber 17g

Butternut Squash Bisque with Bacon Sage Butter

The bacon sage butter partners perfectly with this soup. Rave reviews are almost guaranteed.

Makes about 7 cups

Butter:

- 2 slices bacon, diced and cooked through (makes about ¼ cup bacon crumbles)**
- 3 to 4 sage leaves**
- 8 tablespoons (1 stick) unsalted, good quality butter, room temperature**
- 1 teaspoon kosher salt**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**

Soup:

- 1 tablespoon unsalted butter**
- 1 medium leek, cleaned well, white and light green parts only (about 6 ounces trimmed), sliced, about 1 cup**
- 1 medium butternut squash, peeled, seeded and cut into 2-inch cubes, about 8 cups**
- 1 garlic clove, smashed**
- 1 sprig thyme**
- 1½ teaspoons kosher salt, divided**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- 2 tablespoons sherry**
- 4 cups chicken broth, low sodium**

Make the butter:

- Put the bacon and sage leaves into the chopping cup. Pulse on High until evenly and finely chopped. Add the butter, salt, and pepper and process on High until combined.

-
2. Wrap butter in plastic wrap (twist both ends of the plastic wrap so that butter will form a log shape). Refrigerate until serving. Butter should be very cold and hard for serving.

Make the soup:

1. Put the tablespoon of unsalted butter into a stockpot over medium/medium-low heat. Once butter melts, add the leeks. Cook until soft and fragrant, about 5 minutes. Stir in the butternut squash, garlic, thyme, ½ teaspoon salt, and all of the pepper. Stir ingredients together well and cook for an additional 5 minutes.
2. Stir in the sherry. Once the sherry has just about evaporated, add the broth so that the squash is completely submerged. Increase the heat. When the liquid comes to a boil, reduce the heat to a simmer. Simmer until squash is very soft and tender, about 20 minutes.
3. Once tender, use the blending shaft to blend the soup, starting on Low and gradually increasing the speed to High until completely smooth, about 1 to 1½ minutes.
4. Taste and adjust seasoning as desired. Add the remaining salt, ½ teaspoon at a time, tasting with each addition until desired seasoning is achieved.
5. To serve: Ladle soup into individual serving bowls and place a pat of Bacon Sage Butter in each bowl.

*Nutritional information per serving (about 1 cup):
Calories 268 (59% from fat) • carb. 22g • pro. 5g • fat 18g • sat. fat 11g
• chol. 70mg • sod. 741mg • calc. 92mg • fiber 4g*

Cauliflower Soup

Let this soup warm you up on a cold, winter afternoon. It is so easy to prepare with the Cuisinart® Hand Blender.

Makes about 6 cups

- 1 medium leek, cleaned well, white and light green parts only, cut into 1-inch pieces**
- 1 tablespoon olive oil**
- 1 medium head cauliflower, about 2½ pounds, cut into florets**
- 2 teaspoons kosher salt, divided**
- ¼ teaspoon freshly ground black pepper**
- ¼ teaspoon caraway seeds**
- 4 cups vegetable broth, low sodium**
- Dill, for garnish (optional)**

1. Put the leek into the chopping cup. Process on High for about 8 seconds to chop.
2. Put the olive oil in a stockpot over medium heat. Once hot, add the leek and sauté until soft and fragrant, about 5 minutes. Be careful not to let the leek pick up any color.
3. Add the cauliflower florets, 1 teaspoon of the salt, all the pepper, and caraway seeds. Stir together until coated and gently sauté for an

additional couple of minutes. Add the broth and an additional ½ teaspoon of the salt and increase heat. Allow liquid to come to a boil and then reduce heat so that the liquid is just simmering.

4. Simmer for about 20 minutes, until the cauliflower is tender.
5. Once tender, use the blending shaft to purée. Blend on Low and gradually increase to High, about 1 to 2 minutes. If the soup seems too thick, add additional broth or water until desired consistency is achieved.
6. Taste and adjust seasoning as desired. Garnish with a sprig of fresh dill when serving.

Nutritional information per serving (about 1 cup):
Calories 76 (30% from fat) • carb. 10g • pro. 4g • fat 3g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 991mg • calc. 53mg • fiber 4g

Mashed Sweet Potatoes

A staple on most holiday tables, this dish can be made a day ahead and then reheated before serving.

Makes 5 cups

- 3 pounds sweet potatoes (or yams), peeled and cut into 1- to 2-inch pieces**
- 1 tablespoon pure maple syrup (optional – use if you like extra-sweet potatoes!)**
- 1 teaspoon kosher salt**
- Pinch freshly ground black pepper**
- ½ teaspoon ground cinnamon**
- Pinch freshly ground nutmeg**

1. Put the sweet potatoes into a stockpot with enough water to cover. Bring to a boil over medium-high heat and cook until very tender. Drain and return the sweet potatoes to the pot.
2. Using the blending shaft, blend the potatoes on Low, using a gentle up-and-down motion. Add the remaining ingredients and gradually increased speed to High until ingredients are incorporated and mixture is smooth.
3. Taste and adjust seasoning as desired; serve warm.

Nutritional information per serving (about ½ cup):
Calories 117 (1% from fat) • carb. 27g • pro. 2g • fat 0g • sat. fat 0g
• chol. 0mg • sod. 303mg • calc. 80mg • fiber 4g

Berry Fool

A traditional British dessert, fool is great any time of year, but is a real treat when summer berries are at their peak.

Makes about 4 cups

- 2 cups mixed berries (strawberries, raspberries, blueberries)**
- 1 tablespoon granulated sugar**
- 2 cups heavy cream, chilled**
- 2 tablespoons confectioners' sugar**
- ½ teaspoon pure vanilla extract**

1. Put the berries and granulated sugar into the mixing cup.
2. Using the blending shaft, blend on High until almost fully puréed; reserve.
3. Put the remaining ingredients into a medium to large mixing bowl. Using the whisk attachment, blend on Low until cream is just starting to thicken and then gradually increase speed to High to finish (cream should be a medium-stiff consistency).
4. With a large spatula, gently fold in the berry mixture – streaky is OK.
5. Serve immediately for the best texture (fool will only stay in good form for about 1 hour maximum).

Nutritional information per serving (½ cup):

*Calories 185 (85% from fat) • carb. 6g • pro. 0g • fat 16g • sat. fat 11g
• chol. 64mg • sod. 0mg • calc. 4mg • fiber 1g*

Sweet Whipped Cream

Spoon a dollop over our milkshake (page 19) or Mexican Hot Chocolate (page 29) for a finishing touch.

Makes 2 cups

- 1¼ cups chilled heavy cream**
- 2 tablespoons confectioners' sugar**
- 1½ teaspoons pure vanilla extract**

1. Put all ingredients in a large bowl. Using the whisk attachment, begin to whip on Low speed, being sure the whisk just skims the surface of the cream.
2. Continue blending on Low until cream begins to thicken, then gradually increase speed to High and move whisk in an up-and-down motion throughout the bowl until desired stiffness is achieved. Whipped cream will reach soft peaks between 50 to 60 seconds.

Nutritional information per serving (2 tablespoons):

*Calories 67 (88% from fat) • carb. 2g • pro. 0g • fat 6g • sat. fat 5g
• chol. 25mg • sod. 6mg • calc. 0mg • fiber 0g*

Mexican Hot Chocolate

Mexican chocolate is a stoneground chocolate that is mixed with sugar, spices or vanilla. It can be found in gourmet markets, some larger grocery stores or online.

Makes 1½ cups

- 1½ cups whole milk**
- 3 ounces Mexican chocolate, broken into ½-inch pieces**
- 2 teaspoons granulated sugar**
- Large pinch ground cinnamon**
- Pinch cayenne**
- Sweetened whipped cream (page 28), for serving**

1. Put the milk into a medium saucepan set over medium heat and bring to a strong simmer.
2. While the milk is heating, put the remaining ingredients into the chopping bowl. Pulse on High until chocolate is finely chopped, about 10 to 15 times.
3. Remove milk from heat and add in the chopped chocolate-spice mixture. Insert the blending shaft into the pot. Being sure to keep the metal blade completely submerged, pulse on Low speed until chocolate is completely melted and combined, and hot chocolate is frothy.
4. Serve immediately with sweetened whipped cream.

Nutritional information per serving (½ cup):

*Calories 207 (34% from fat) • carb. 31g • pro. 5g • fat 8g • sat. fat 5g
• chol. 18mg • sod. 66mg • calc. 161mg • fiber 1g*

WARRANTY

LIMITED THREE-YEAR WARRANTY

This warranty is available only to U.S. consumers who purchase products directly from Cuisinart or an authorized Cuisinart® reseller. You are a consumer if you own a Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand Blender that was purchased at retail for personal, family or household use. Except as otherwise required under applicable law, this warranty is not available to retailers or other commercial purchaser, owners or consumers who purchase from unauthorized Cuisinart® resellers. We warrant that your Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand Blender will be free of defects in materials and workmanship under normal home use for 3 years from the date of original purchase.

We recommend that you visit our website, **<https://cuisinart.registria.com>**, for a fast, efficient way to complete your product registration. However, product registration 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.

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 preference, 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 neither of the above two options results 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, according to 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.

HASSLE-FREE REPLACEMENT WARRANTY

Your ultimate satisfaction in Cuisinart products is our goal, so if your Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand Blender should fail within the generous warranty period, we will repair it or, if necessary, replace it at no cost to you. To obtain a return shipping label, please visit us at <https://www.cuisinart.com/customer-care/product-assistance/product-inquiry>. Or call our toll-free customer service department at **1-800-726-0190** to speak with a representative.

Your Cuisinart® Smart Stick® Variable Speed Hand 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.

©2024 Cuisinart
Glendale, AZ 85307
Printed in China
24CE93047

IB-15341-ESP-D

Cuisinart®

Licuada de Mano de Velocidad Variable Smart Stick®

SERIE CSB-179



Manual de
instrucciones
& Libro de
recetas

Para su seguridad y para disfrutar plenamente de este producto,
siempre lea atentamente las instrucciones antes del uso.

MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Al usar aparatos eléctricos, especialmente en presencia de niños, siempre se deben tomar precauciones básicas de seguridad, entre ellas las siguientes:

1. **LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES.**
2. **Desenchufe el aparato cuando no esté en uso, antes de instalar/quitar piezas y antes de limpiarlo. Para desenchufar, agarre el enchufe y jálelo de la toma de corriente. Nunca jale el cable.**
3. Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, no ponga el bloque-motor, el cable ni el enchufe en agua u otros líquidos. Solo la varilla desmontable y algunas otras partes de este aparato son sumergibles. No sumerja ninguna otra parte del aparato en agua u otros líquidos. Si el aparato se cae en líquido, desenchúfelo y luego retírelo del líquido. **No intente sacar la unidad del agua sin haberla desenchufado primero.**
4. Los niños o las personas que carezcan de la experiencia o de los conocimientos necesarios para manipular el aparato, o aquellas cuyas capacidades físicas, sensoriales o mentales estén limitadas, no deben usar este aparato. Supervise el uso del aparato con cuidado cuando sea usado cerca de niños. No deje que los niños jueguen con este aparato.
5. Evite el contacto con las piezas móviles.
6. Para evitar el riesgo de lesiones personales o daños al aparato, mantenga los dedos, el cabello, la ropa, las espátulas y otros utensilios lejos de los accesorios y del recipiente de mezcla durante el funcionamiento. Se puede usar una espátula de goma, siempre que el aparato esté apagado.
7. No use este aparato si el cable o el enchufe están dañados, si no funciona correctamente, si está dañado, o después de una caída; llame al servicio de atención al cliente del fabricante para obtener información sobre cómo hacer revisar, reparar o ajustar el aparato.
8. Separe la varilla removible del bloque-motor antes de lavar las cuchillas o la varilla.
9. **Las cuchillas son MUY AFILADAS; manipúlelas con sumo cuidado al retirar, instalar o limpiarlas. Ejerza el mismo cuidado al instalar/quitar la cuchilla picadora o el disco reversible en el bol del accesorio procesador.**
10. Para reducir el riesgo de salpicaduras o quemadura al mezclar líquidos, especialmente líquidos calientes, use un recipiente de mezcla alto o procese pequeñas cantidades a la vez.

-
11. Para reducir el riesgo de lesiones personales, compruebe que el accesorio picador/moledor esté ensamblado de forma correcta antes de instalar la cuchilla.
 12. Compruebe que la tapa del accesorio procesador esté bien cerrada antes de encender el aparato. No intente quitar la tapa hasta que la cuchilla se haya detenido por completo.
 13. Compruebe que no haya objetos extraños en el bol antes del uso.
 14. El uso de aditamentos o accesorios no recomendados por Cuisinart presenta un riesgo de incendio, choque eléctrico o lesiones personales.
 15. No lo use en exteriores, ni para usos no previstos
 16. No deje que el cable cuelgue de la encimera o de la mesa, ni que tenga contacto con superficies calientes.
 17. Compruebe que el aparato esté apagado y desenchufado, y espere hasta que el motor se haya detenido por completo, antes de instalar/quitar accesorios o limpiar el aparato.
 18. La potencia nominal máxima (300 vatios) está basada en el accesorio que consume más electricidad: el accesorio picador/moledor.
 19. No haga funcionar el aparato debajo o dentro de un armario/gabinete. **Siempre desenchufe el aparato antes de almacenarlo en un armario/gabinete.** Dejar el aparato enchufado representa un riesgo de incendio, especialmente si este toca las paredes o la puerta del armario/gabinete cuando se cierra.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

PARA USO DOMÉSTICO SOLAMENTE

AVISO

El cable de este aparato cuenta con un enchufe polarizado (una pata es más ancha que la otra). Como medida de seguridad, se podrá enchufar de una sola manera en las tomas de corriente polarizadas. Si no entra en la toma de corriente, invíértalo. Si aun así no entra completamente, comuníquese con un electricista. No intente modificar esta función de seguridad.

ÍNDICE

Medidas de seguridad importantes	2
Instrucciones de desembalaje	4
Piezas y características.	5
Ensamblaje	7
Accesorio licuador.	7
Accesorio picador/moedor.	7
Accesorio batidor	8
Cuchilla reversible	8
Instrucciones de uso.	11
Cómo licuar	11
Cómo pulsar	12
Cómo batir.	12
Cómo picar/moler	12
Limpieza y mantenimiento	13
Consejos y sugerencias	13
Pautas de uso del accesorio picador/moedor.	16
Recetas	17
Garantía.	30

INSTRUCCIONES DE DESEMBALAJE

Coloque la caja sobre una superficie plana y resistente. Abra la caja y quite el inserto de cartón situado encima del aparato. Deslice con cuidado el aparato fuera de la caja. Retire el manual de instrucciones y otros folletos de la caja, y vuelva a colocar el inserto en la caja. Se recomienda conservar el material de embalaje para su uso futuro.

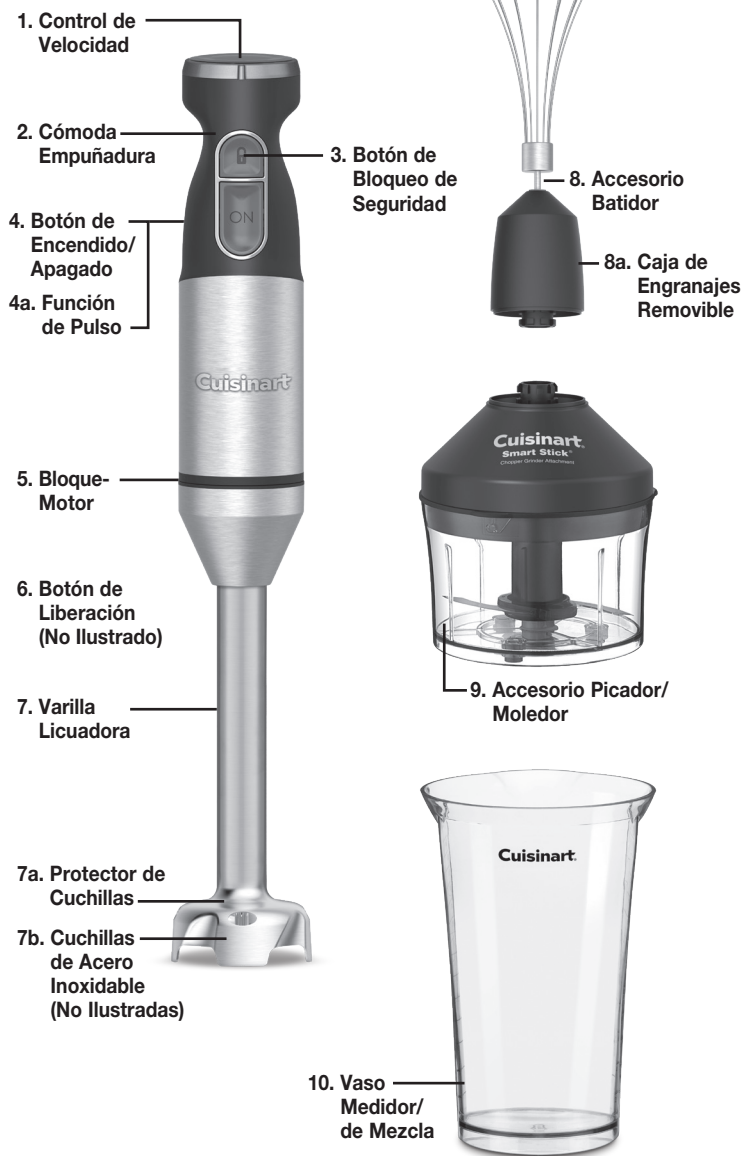
NOTA: La cuchilla licuadora es muy afilada.

Se recomienda limpiar la carcasa del aparato con un paño limpio y húmedo antes del primer uso para eliminar el polvo y la suciedad. Seque todas las piezas con un paño suave absorbente. Con cuidado, lave la varilla desmontable con cuchilla fija y el accesorio batidor a mano. Seque todas las piezas antes de usar el aparato. Lea atentamente las instrucciones antes de usar el aparato.

PIEZAS Y CARACTERÍSTICAS

1. **Control de velocidad:** Permite ajustar la velocidad, desde bajo hasta alto, dependiendo de los ingredientes que desee licuar.
2. **Cómoda empuñadura:** Empuñadura ergonómica para un fácil manejo.
3. **Botón de bloqueo de seguridad** Evita encender al aparato sin querer (presiónelo al mismo tiempo que el botón de encendido/apagado para encender el aparato).
4. **Botón de encendido/apagado** Manténgalo presionado para licuar; el aparato se apagará al soltar el botón.
 - 4a. **Función de pulso:** Presione repetidamente el botón de encendido/apagado (mientras presiona el botón de bloqueo de seguridad) para pulsar.
5. **Bloque-motor:** Impulsa la licuadora. Un botón de liberación en la parte posterior hace que sea fácil instalar y sacar la varilla y el accesorio batidor.
6. **Botón de liberación** (no ilustrado)
7. **Varilla licuadora removible**
 - 7a. **Protector de cuchilla:** Se conecta directamente al bloque-motor. Cuchilla fija y protector de cuchilla de acero inoxidable especialmente diseñados para evitar las salpicaduras.
 - 7b. **Cuchilla de acero inoxidable**
8. **Accesorio batidor:** Se acopla directamente a la caja de engranajes, la cual se conecta al bloque-motor. El accesorio batidor es perfecto para montar claras y preparar crema batida y otras delicias.
 - 8a. **Caja de engranajes removible:** Permite conectar el accesorio batidor al bloque-motor.
9. **Accesorio picador/moledor con cuchilla reversible:** Permite picar y moler fácilmente. Se conecta al bloque-motor de la misma manera que la varilla licuadora y el accesorio batidor.
10. **Vaso medidor/de mezcla:** Vaso de 3 tazas (710 ml) apto para lavavajillas (bandeja superior solamente). Ideal para licuar bebidas, batidos, aderezos y mucho más. Diseñado para un fácil agarre y un vertido sin goteo.

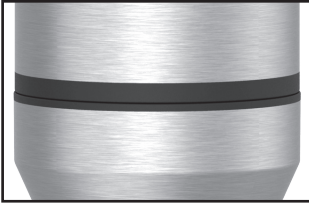
PIEZAS Y CARACTERÍSTICAS



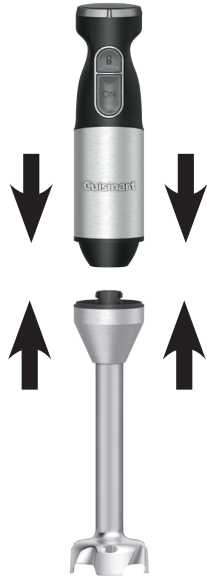
ENSAMBLAJE

ACCESORIO LICUADOR

1. Alinee la varilla licuadora y el bloque-motor (la empuñadura) y conecte ambas piezas, presionando hasta que encajen. Nota: Puede resultar útil presionar el botón de liberación de la varilla.



2. Enchufe el cable en una toma de corriente.

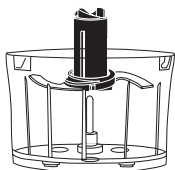


ACCESORIO PICADOR/MOLEDOR

1. Conecte el bloque-motor a la tapa del accesorio picador/moedor.
2. Alinee el eje de la tapa y el eje del motor.
3. Una vez alineadas, conecte ambas piezas, presionando hasta que encajen.



4. Instale la cuchilla en el centro del bol.
5. Coloque la tapa (conectada al bloque-motor) sobre el bol y gire en sentido horario para sujetar.
6. Enchufe el cable en una toma de corriente.



ACCESORIO BATIDOR

1. Alinee la caja de engranajes y el bloque-motor y conecte ambas piezas, presionando hasta que encajen. Nota: Puede resultar útil presionar el botón de liberación de la varilla.

NOTA: La caja de engranajes es removible.

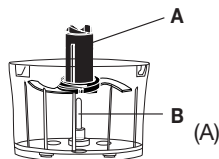


CUCHILLA REVERSIBLE

El accesorio picador/moedor cuenta con una cuchilla reversible con un filo afilado para moler, y un filo recto para picar. La cuchilla también cuenta con un aro de plástico que permite darle la vuelta fácilmente (véase las instrucciones en la página 10). También véase las pautas de uso del accesorio picador/moedor en la página 16.

Ensamblaje:

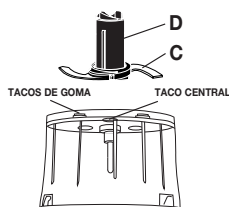
1. Coloque el bol sobre una superficie plana, seca y segura, cerca de una toma de corriente con las mismas especificaciones que el aparato.
2. La cuchilla de dos piezas ensamblada debe encontrarse en el fondo del bol. Si no lo está, deslícela sobre el eje de metal (B) del bol.



SI EL ARO METÁLICO (C) NO ESTÁ SUJETO AL EJE DE PLÁSTICO (D), O PARA VOLVER A ENSAMBLAR LA CUCHILLA DE FORMA SEGURA DESPUÉS DEL USO Y DE LA LIMPIEZA, SIGA LAS INSTRUCCIONES SIGUIENTES CON CUIDADO:

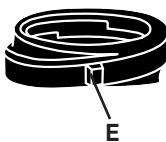
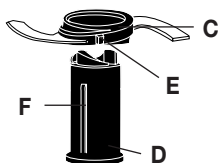
Ensamblaje de la cuchilla:

SIEMPRE SOSTENGA EL ARO POR LOS PUNTOS DE SUJECIÓN (E).
¡NO TOQUE LOS FILOS DE LA CUCHILLA; SON MUY AFILADOS!



Ensamblaje de la cuchilla usando el bol:

1. Voltee el bol y coloque el eje de plástico de la cuchilla (D) sobre el taco redondo en el centro de la parte de abajo del bol.
2. Coloque el aro metálico (C) sobre el eje de plástico (D), alineando las muescas en el centro del aro con los resaltes (F) en los costados del eje de plástico. Deje que la cuchilla se deslice a lo largo del eje de plástico.



3. Sosteniendo firmemente el eje de plástico por la parte superior, gire el aro en sentido antihorario para bloquear la cuchilla. Los tres tacos engomados guiarán la cuchilla sin necesidad de tocarla.
4. Para retirar la cuchilla del eje de plástico, coloque la cuchilla ensamblada en el bol y gire el eje de la cuchilla en sentido horario para liberar la cuchilla. Sosteniendo el aro por los resaltes, levante con cuidado la cuchilla para retirarla del eje de plástico.

Ensamblaje de la cuchilla a mano:

1. Coloque el aro metálico (C) sobre el eje de plástico de la cuchilla (D), alineando las muescas en el centro del aro con los resaltes (F) en los costados del eje de plástico. Deje que la cuchilla se deslice a lo largo del eje de plástico.
2. Agarre la parte superior del eje de plástico y, sosteniendo el aro por los puntos de sujeción (E), gírelo en sentido horario para sujetarlo al eje de plástico.
3. Para retirar la cuchilla del eje de plástico, sostenga firmemente el eje de plástico y, sosteniendo el aro por los puntos de sujeción, gírelo en sentido antihorario para liberarlo y levántelo con cuidado para retirarlo del eje de plástico.

CUCHILLA 2 EN 1

(véase la sección “Pautas de uso del accesorio picador/moedor en la página 16 para más información acerca de cuál filo usar dependiendo de lo que está preparando)

Para usar el filo afilado: Coloque el aro sobre el eje de plástico de manera que la palabra “SHARP” apunte hacia arriba.



Para usar el filo recto: Coloque el aro sobre el eje de plástico de manera que no se vea **ninguna palabra** en la parte superior de la cuchilla.



INSTRUCCIONES DE USO



1. Mantenga presionado el botón de bloqueo de seguridad.



2. Mantenga presionado el botón de encendido/apagado.



3. Suelte el botón de bloqueo de seguridad, pero siga presionando el botón de encendido/apagado.

Nota: Una vez encendida la licuadora de mano, no es necesario seguir presionando el botón de bloqueo de seguridad.

CÓMO LICUAR

La cuchilla ha sido diseñada para licuar y mezclar una gran variedad de alimentos, incluso aderezos, batidos espesos, bebidas en polvo, sopas y salsas. También puede usarse para emulsionar mayonesa.

Esta cuchilla está especialmente diseñada para incorporar poco aire a la mezcla. Un movimiento suave hacia arriba y abajo es todo lo que necesita para preparar las más sabrosas recetas. Para evitar las salpicaduras, procure no sacar la cuchilla del líquido durante el uso.

1. Conecte la varilla licuadora al bloque-motor.
2. Enchufe el aparato en una toma de corriente
3. Sumerja la varilla licuadora en la mezcla que desea licuar. **Nota:** Puede licuar directamente en el vaso medidor/de mezcla, en un recipiente, en una cacerola/olla o en una jarra.
4. Elija la velocidad deseada, girando el control de velocidad.
NOTA: Puede ajustar la velocidad durante el uso, sin tener que apagar el aparato.

5. Para encender el aparato:

(véase las ilustraciones 1, 2 y 3 arriba)

1. Mantenga presionado el botón de bloqueo de seguridad.
2. Mantenga presionado el botón de encendido/apagado.
3. Suelte el botón de bloqueo de seguridad, pero siga presionando el botón de encendido/apagado.

NOTA: No licue continuamente por más de 60 segundos. Suelte el botón de encendido/apagado por 20-30 después de cada ciclo de funcionamiento de 60 segundos.

6. Desenchufe el aparato inmediatamente después del uso.

CÓMO PULSAR

1. Mantenga presionado el botón de bloqueo de seguridad.
2. Mantenga presionado el botón de encendido/apagado.
3. Presione y suelte repetidamente el botón de encendido/apagado *mientras mantiene presionado el botón de bloqueo de seguridad* para pulsar, hasta conseguir la consistencia deseada.

CÓMO BATIR

1. Conecte el accesorio batidor al bloque-motor (véase las instrucciones de ensamblaje en la página 8).
2. Enchufe el cable en una toma de corriente
3. Sumerja el batidor en la mezcla que desea batir.
4. Elija la velocidad deseada, girando el control de velocidad. Para empezar a batir, siga las instrucciones (a partir del punto n.º 5) en la sección “CÓMO LICUAR”.
5. Desenchufe el aparato inmediatamente después del uso.

CÓMO PICAR/MOLER

1. Coloque el bol del accesorio procesador sobre una superficie plana y resistente, tal como una encimera.
2. Coloque los ingredientes en el bol. Asegúrese de que los alimentos estén cortados en pedazos de ½-1 in (1.5-2.5 cm) y cerciórese de no sobrellenar el bol.
3. Cierre la tapa del bol, comprobando que esté bien puesta.
4. Elija la velocidad deseada, girando el control de velocidad. Para empezar a procesar, siga las instrucciones (a partir del punto n.º 5) en la sección “CÓMO LICUAR”.

NOTA: Debido a la potencia del motor, se recomienda sostener el bol con una mano durante el funcionamiento.

5. Después de terminar, suelte el botón de encendido/apagado para apagar el aparato.
6. **ESPERE HASTA QUE LA CUCHILLA ESTE INMÓVIL**, y luego desenchufe el aparato.
7. Quite la tapa (junto con el bloque-motor).
8. Retire con cuidado la cuchilla, agarrándola por los resaltes en el eje de plástico. **NUNCA TOQUE LAS CUCHILLAS.**
9. Vacíe el bol, usando una espátula u otro utensilio de cocina.

NOTA: Nunca haga funcionar el accesorio picador/moledor con el bol vacío.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

BLOQUE-MOTOR Y VARILLA LICUADORA

Siempre desenchufe el aparato antes de limpiarlo. Limpie el bloque-motor y la varilla licuadora cuidadosamente después de cada uso. Separe la varilla licuadora del bloque-motor. Limpie el bloque-motor con una esponja o un paño húmedo. No use limpiadores abrasivos, los cuales pueden rayar la superficie. Lave la varilla licuadora a mano, con un detergente suave. Tenga mucho cuidado al manipular la varilla, ya que la cuchilla fija es muy afilada.

No ponga el bloque-motor ni la varilla licuadora en el lavavajillas.

ACCESORIO PICADOR/MOLEDOR

Se recomienda enjuagar el bol, la cuchilla y la tapa inmediatamente después del uso para evitar que residuos de alimentos se sequen en ellos, lo que dificulta la limpieza. No sumerja la tapa del bol en agua y no la ponga en el lavavajillas. Lave la cuchilla y el bol en agua tibia con jabón. Enjuague y seque las piezas. Limpie la parte inferior de la tapa con una esponja o un paño húmedo para desalojar los residuos de alimentos. Lave la cuchilla con cuidado. No la deje en agua jabonosa, donde la pueda perder de vista.

El bol y la cuchilla también pueden lavarse en el lavavajillas (bandeja superior solamente). Tenga cuidado al sacar la cuchilla del lavavajillas. Limpie el bloque-motor y la parte superior de la tapa con una esponja o un paño húmedo. Seque las piezas inmediatamente.

Nunca sumerja el bloque-motor o la tapa en agua u otros líquidos. El accesorio picador/moedor es para **USO DOMÉSTICO SOLAMENTE.**

ACCESORIO BATIDOR

Separe el accesorio batidor del bloque-motor. Separe el batidor de la caja de engranajes, jalando cada pieza en dirección opuesta. Limpie la caja de engranajes con un paño humedecido. Lave el batidor en agua tibia con jabón, o en el lavavajillas (bandeja superior solamente).

No sumerja la caja de engranajes en agua u otros líquidos.

Cualquier operación de mantenimiento, excepto la limpieza y el mantenimiento por parte del usuario, debe ser llevada a cabo por personal de servicio autorizado.

CONSEJOS Y SUGERENCIAS

ACCESORIO LICUADOR

- Cuando licue directamente en el vaso medidor/de mezcla, siempre agregue los ingredientes líquidos primero, salvo indicación contraria en la receta.
- Cuando licue directamente en el vaso de mezcla, p. ej., para preparar batidos de frutas, corte los alimentos en trocitos de ½ in (1.5 cm).

-
- Compruebe que el protector de cuchillas esté completamente sumergido antes de empezar a licuar.
 - No licue alimentos que contengan partes duras tales como hueso, pepas, etc., los cules podrían dañar las cuchillas.
 - No sobrellene los recipientes de mezcla; la mezcla se expande durante el licuado y puede desbordarse.
 - No sumerja la varilla hasta menos de 1 in (2.5 cm) del bloque-motor.
 - Un movimiento suave hacia arriba y abajo es la mejor forma de conseguir resultados uniformes y homogéneos.
 - Para incorporar aire a una mezcla, mantenga la cuchilla justo debajo de la superficie.
 - Si usa cacerolas/ollas antiadherentes, no deje que la licuadora toque el revestimiento antiadherente.
 - Licue las sopas directamente en la cacerola/olla, usando un movimiento suave hacia arriba y abajo, hasta obtener la consistencia deseada.
 - Cuando licue los ingredientes directamente en la cacerola/olla, incline ligeramente la cacerola/olla para evitar las salpicaduras.
 - No deje la licuadora en una cacerola/olla caliente.
 - Use la licuadora de mano para preparar salsas de jugo de carne y “salsas de cacerola” suaves y homogéneas.
 - La licuadora de mano es perfecta para espumar la leche para servir con capuchino o latte (expreso con leche). Simplemente caliente la leche en una cacerola, y luego lícuela suavemente, usando la función de pulso, mientras mantiene la cuchilla sumergida.
 - No sumerja el bloque-motor en agua u otros líquidos.

ACCESORIO BATIDOR

- No sumerja la caja de engranajes en agua u otros líquidos.
- Use el accesorio batidor para montar claras o batir crema.
- Monte las claras en un tazón de metal o de vidrio muy limpio; nunca use tazones de plástico (el plástico suele contener aceites que pueden impedir montar las claras). Para ayudar a estabilizar las claras montadas, añada a las claras 1/8 de cucharadita de crémor tártaro por clara antes de montarlas. Nota: No use crémor tártaro si usa un recipiente de cobre. Bata las claras a punto de nieve.
- Cuando añada azúcar a las claras, haga esto despacio, justo cuando empiecen a formarse picos suaves, y luego siga batiendo.
- Batir las claras durante un tiempo excesivo hace que se sequen y sean menos estables.

-
- Si el tiempo lo permite, es aconsejable refrigerar el tazón y el batidor antes de batir crema. El mejor tazón para batir crema es un tazón profundo de fondo redondo que minimiza las salpicaduras.
 - Guarde la crema/nata en el refrigerador hasta el momento de batirla. Bata la crema hasta que se formen picos suaves o firmes, al gusto. Añada saborizante (p. ej., extracto de vainilla) si desea. Para conseguir resultados óptimos, prepare la crema batida justo antes de usarla.
 - El accesorio batidor también puede usarse para preparar mezcla para “crêpes” (crepas) o tortillas de huevos.

ACCESORIO PICADOR/MOLEDOR

- No sobrellene el bol. Para obtener resultados óptimos, los ingredientes no deben pasar los 2/3 de la altura del bol.
- No procese más de 1½ tazas (355 ml) de líquido a la vez. Use las cantidades indicadas en nuestras recetas como pauta.
- Alimentos crudos Pele las frutas y los vegetales y quite las partes duras (corazón, pepas, semillas, huesos, etc.). Corte los alimentos en pedazos de ½-1 in (1.5-2.5 cm), dependiendo de su textura.
- Se obtendrán resultados más homogéneos si los pedazos son del mismo tamaño.
- No pique alimentos que contengan partes duras tales como huesos, pepas, etc., los cuales podrían dañar las cuchillas.
- Procese con la función de pulso, usando pulsaciones de 1 segundo, hasta obtener la consistencia deseada. Para conseguir resultados más finos, procese los alimentos de manera continua. Compruebe la consistencia a menudo y raspe el bol con una espátula si es necesario.
- No haga funcionar el accesorio picador/moedor continuamente por más de 30 minutos.
- Para preparar mantequilla aromatizada, use mantequilla a temperatura ambiente.
- Algunas especias pueden rayar el bol; esto no afectará en rendimiento del aparato.
- No sumerja la tapa del accesorio picador/moedor en agua u otros líquidos.

PAUTAS DE USO DEL ACCESORIO PICADOR/MOLEDOR

Ingrediente	Lado recomendado	Velocidad	Comentarios
Papillas (siempre pida consejo a su pediatra/ médico)	Afilado	Baja/Alta	Colocar una pequeña cantidad de alimentos cocidos en el bol. Agregar una pequeña cantidad de líquido. Pulsar para picar, y luego procesar continuamente para licuar.
Pan rallado (pan fresco o pan del día anterior)	Afilado	Alta	Pulsar para picar, y luego procesar continuamente hasta obtener la textura deseada.
Queso rallado (Asiago, Locatelli, Parmesano, Romano, etc.) (no se recomienda procesar queso suave a menos que sea para preparar un aderezo o una salsa para mojar)	Afilado	Alta	Cortar el queso en pedazos de ¼ in (0.5 cm). Pulsar para picar, y luego procesar continuamente hasta obtener la textura deseada.
Chocolate	Afilado	Alta	Cortar el chocolate en pedazos de ½ in (1.5 cm) y congelarlo durante 3 minutos antes de picarlo. Pulsar para picar, y luego procesar continuamente hasta obtener la textura deseada. No procesar más de 1 oz (30 g) a la vez.
Aderezos y cremas para mojar	Afilado	Baja	Colocar los ingredientes en el bol, sin cubrir el eje de la cuchilla. Pulsar para picar, y luego procesar continuamente hasta obtener la textura deseada.
Ajo (pelado)	Afilado	Alta	Hasta 6 dientes. Pulsar para picar.
Jengibre fresco	Afilado	Alta	Pelar y cortar en pedazos de ½ in (1.5 cm). Pulsar para picar. No procesar más de ½ oz (15 g) a la vez.
Especias duras (semillas de cilantro, clavo de olor, anís, etc.)	Recto	Alta	Pulsar hasta obtener la consistencia deseada. Usar el lado afilado para obtener resultados más finos.
Hierbas (frescas)	Afilado	Alta	Colocar ½ taza (30 g) de hierbas limpias y secas en el bol. Pulsar para picar.
Nueces	Recto	Alta	Quitar las cáscaras; tostar primero para maximizar el sabor. Pulsar para picar, y luego procesar continuamente hasta obtener la textura deseada. No procesar más de ⅓ de taza a la vez. Para conseguir mantequilla de nuez, procesar por más tiempo.
Cebolla	Afilado	Alta	Pelar y cortar en pedazos de ½ in (1.5 cm). Pulsar para picar, y luego procesar continuamente hasta obtener la textura deseada. No procesar más de ½ taza (100 g) a la vez.
Vegetales (cocidos)	Afilado	Baja/Alta	Cortar en pedazos de ½-1 in (1.5-2.5 cm). Pulsar para picar. No procesar más de ½ taza (100 g) a la vez. Agregar un poco de líquido de cocción, caldo o agua para preparar puré. No se recomienda preparar puré de papas.

Vegetales (crudos)	Afilado	Alta	Pelar y cortar en pedazos de ½ in (1.5 cm). Pulsar para picar. No procesar más de ½ taza (100 g) a la vez.
Carne (cruda, para moler)	Afilado	Alta	Cortar en pedazos de ½ in (1.5 cm). No procesar más de 6 oz (175 g) a la vez. Pulsar hasta obtener la consistencia deseada.
Licuidos simples	Recto	Baja/Alta	Usar para mezclar e incorporar.

Smoothie de Frutas Simple

Esta receta puede servir para preparar muchos batidos, usando cualquier tipo de jugo o fruta.

Rinde 16 oz (475 ml)

- ½ **taza (120 ml) de su jugo favorito**
- ½ **banana, en trozos de 1 in (2.5 cm)**
- 1½ **tazas (225 g) de frutas del bosque frescas o congeladas**

1. Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.
2. Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de 8 oz (235 ml):

Calorías 112 (4 % de grasa) • Carbohidratos 28 g • Proteínas 1 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 6 mg • Calcio 16 mg • Fibra 3 g

Batido de Desayuno para el Camino

¡Nutrición en un vaso! Prepare este batido de mañana, para tomar su desayuno en camino al trabajo.

Rinde aprox. 16 oz (475 ml)

- ½ **taza (120 ml) de su jugo favorito**
- ½ **taza (120 ml) de yogur bajo en grasa**
- ½ **taza (70 g) de pedazos de durazno (fresco o congelado) de ½ in (1.5 cm)**
- ¼ **taza (35 g) de arándanos azules**
- 1 **cucharada de linaza molida (opcional)**
- 1 **banana congelada, en trozos de ½ in (1.5 cm)**

1. Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.

-
- Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
 - Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de 8 oz (235 ml):

Calorías 181 (11 % de grasa) • Carbohidratos 38 g • Proteínas 4 g • Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 4 mg • Sodio 43 mg • Calcio 111 mg • Fibra 4 g

Smoothie Proteico

Este batido energizante es perfecto después de hacer ejercicio.

Rinde aprox. 16 oz (475 ml)

- ½ taza (120 ml) de leche de coco**
- 1/3 taza (80 ml) de yogur bajo en grasa**
- 2 cucharadas de proteína en polvo**
- 1 banana congelada, en trozos de ½ in (1.5 cm)**
- 1 taza (150 g) de cubos de mango de ½ in (1.5 cm)**
- ½ taza (125 g) de cubos de piña de ½ in (1.5 cm)**

- Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.
- Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
- Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de 8 oz (235 ml):

Calorías 270 (40 % de grasa) • Carbohidratos 38 g • Proteínas 6 g • Grasa 13 g • Grasa saturada 11 g • Colesterol 5 mg • Sodio 68 mg • Calcio 89 mg • Fibra 4 g

Smoothie de Cereza con Jengibre

Las bebidas de leche de coco tienen menos calorías y grasa que la leche de coco en lata. Si desea una bebida más espesa y cremosa, sustituya la bebida de leche de coco con 2/3 de taza (160 ml) de leche de coco en lata.

Rinde aprox. 1 taza (235 ml)

- 1 taza (150 g) de cerezas oscuras dulces congeladas**
- ¾ taza (175 ml) de bebida de leche de coco**
- 1 trozo de ½ in (1.5 cm) de jengibre fresco, pelado**

- Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.
- Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
- Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de 1 taza (235 ml):
Calorías 128 (23 % de grasa) • Carbohidratos 24 g • Proteínas 1 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 0 mg • Sodio 1 mg • Calcio 1 mg • Fibra 4 g

Batido de Helado de Chocolate con Mantequilla de Maní

Este batido satisfará a los aficionados a los dulces.

Rinde 2 tazas (475 ml)

- 1½ tazas (355 ml) de helado de chocolate**
- 2 cucharaditas de mantequilla de maní cremosa**
- 1 cucharadita de jarabe de chocolate**
- ¾ taza (175 ml) de leche entera**

1. Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.
2. Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave y homogénea.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de ½ taza (120 ml):
Calorías 156 (46 % de grasa) • Carbohidratos 18 g • Proteínas 4 g • Grasa 8 g • Grasa saturada 5 g • Colesterol 23 mg • Sodio 69 mg • Calcio 112 mg • Fibra 1 g

“Lassi” de Mango

Ajuste la cantidad de azúcar al gusto o dependiendo de la dulzura del mango (cuanto más maduro sea el mango, más dulce será).

Rinde 2 tazas (475 ml)

- 4 cubitos de hielo**
- 1 mango maduro, en cubos de ½ in (1.5 cm)**
- 1½ tazas (355 ml) de yogur natural de leche entera**
- ½ cucharadita de cardamomo en polvo**
- ½ cucharadita de canela en polvo**
- 1 pizca de sal kosher**
- 3 cucharaditas de azúcar granulada**

1. Colocar el hielo, el mango, el yogur, las especias y la sal en el vaso de mezcla.
2. Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Probar y agregar azúcar, 1 cucharadita a la vez, licuando después de cada adición.
4. Servir inmediatamente.

NOTA: Si desea una bebida más aguada, agregar agua, 1-2 cucharadas a la vez, licuando después de cada adición.

Información nutricional por porción de 1 taza (235 ml):

Calorías 223 (25 % de grasa) • Carbohidratos 34 g • Proteínas 9 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 4 g • Colesterol 23 mg • Sodio 181 mg • Calcio 319 mg • Fibra 2 g

Licuado de Sandía con Menta

Esta refrescante bebida no requiere ningún tipo de líquido adicional; toda el agua proviene de la sandía.

Rinde 2 tazas (475 ml)

- 1 taza (200 g) de fresas congeladas**
- 1 cucharada de hojas de menta fresca**
- 2 tazas (500 g) de sandía picada**

1. Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.
2. Usando la varilla licuadora: licuar por 30-45 segundos, empezando a velocidad media y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Servir inmediatamente.

Información nutricional por porción de 1 taza (235 ml):

Calorías 75 (10 % de grasa) • Carbohidratos 18 g • Proteínas 1 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 5 mg • Calcio 24 mg • Fibra 2 g

Mayonesa/Alioli

Una buena cantidad de ajo transforma esta mayonesa en alioli, una salsa típica de la gastronomía mediterránea para acompañar vegetales. Igual que la mayonesa, también puede servirla con hamburguesas, pescado o croquetas de cangrejo.

Rinde 1 taza (235 ml)

- 2 dientes de ajo, pelados (para preparar alioli)**
- 2 yemas de huevo grande**
- 2 cucharadas de jugo de limón fresco**
- 1-2 pizcas de sal kosher**
- 1 cucharada de mostaza de Dijon**
- 1¹/₃ tazas (315 ml) de aceite vegetal**

1. Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado (para hacer mayonesa, omitir el ajo). Dejar reposar por 30-60 segundos.
2. Introducir la varilla en el vaso de manera que el protector de cuchillas toque el fondo. Licuar a velocidad baja, manteniendo la cuchilla en el fondo del vaso. Cuando los ingredientes empiecen a espesarse, licuar normalmente, usando un movimiento suave hacia arriba y abajo, hasta obtener una mezcla espesa y hasta que todo el aceite se incorpore.
3. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción (1 cucharada de mayonesa):
Calorías 169 (98 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 19 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 23 mg • Sodio 32 mg • Calcio 3 mg • Fibra 0 g

Información nutricional por porción (1 cucharada de alioli):
Calorías 169 (98 % de grasa) • Carbohidratos 1 g • Proteínas 0 g • Grasa 19 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 23 mg • Sodio 33 mg • Calcio 4 mg • Fibra 0 g

Salsa Holandesa

Gracias a su licuadora de mano, esta salsa por lo general complicada es tan fácil de preparar que la querrá usar para aderezar mucho más que huevos escalfados.

Rinde aprox. 1 taza (235 ml)

- 4 yemas de huevo grande**
- 1 cucharada de jugo de limón fresco**
- ¾ cucharadita de sal kosher**
- ½ libra (225 g) de mantequilla sin sal, derretida y a temperatura ambiente**
- Agua tibia, a gusto**

1. Colocar las yemas, el jugo de limón y la sal en el vaso medidor/de mezcla. Agregar lentamente la mantequilla tibia, teniendo cuidado de no incluir la espuma blanca (los sólidos de la leche). Dejar reposar por 1 minuto.
2. Introducir la varilla en el vaso de manera que el protector de cuchillas toque el fondo de este. Licuar a velocidad baja, manteniendo la cuchilla en el fondo del vaso. Cuando los ingredientes empiecen a espesarse, licuar normalmente, usando un movimiento suave hacia arriba y abajo, hasta obtener una mezcla espesa y homogénea.
3. Si la salsa está demasiado espesa, agregar agua tibia, 1 cucharadita a la vez, hasta conseguir la consistencia deseada.
4. Probar y ajustar la sazón al gusto. Servir inmediatamente, o mantener caliente (a baño María) hasta el momento de servir.

Información nutricional por porción de 2 cucharadas:
Calorías 230 (97 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 1 g • Grasa 25 g • Grasa saturada 15 g • Colesterol 153 mg • Sodio 218 mg • Calcio 11 mg • Fibra 0 g

Vinagreta Básica

Puede variar esta receta para crear una variedad de vinagretas. ¡Basta añadir hierbas frescas/secas, ralladura o miel para crear un nuevo aderezo!

Rinde aprox. 1 taza (235 ml)

- ¼ taza (60 ml) de vinagre de vino (cualquier variedad)**
- 1 cucharadita de mostaza de Dijon**
- ¼ cucharadita de sal kosher**
- ⅛ cucharadita de pimienta negra recién molida**
- ¾ taza (175 ml) de aceite de oliva virgen extra**

-
1. Colocar todos los ingredientes en el vaso medidor/de mezcla, en el orden indicado.
 2. Usando el accesorio licuador: licuar a velocidad baja, cerciorándose de mantener la cuchilla sumergida, hasta que la mezcla empiece a emulsionarse. Seguir licuando por aprox. 30 segundos, usando un movimiento suave hacia arriba y abajo, hasta obtener una mezcla homogénea.
 3. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción de 2 cucharadas:

Calorías 181 (100 % de grasa) • Carbohidratos 0 g • Proteínas 0 g • Grasa 21 g • Grasa saturada 3 g • Colesterol 0 mg • Sodio 91 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g

Salsa de Mango

Sírvala con chips de maíz/totopos o sobre pollo, pescado o cerdo asados. Su sabor fresco realzará cualquier comida.

Rinde aprox. 1 taza (235 ml)

- 1 diente de ajo, pelado**
- ¼ jalapeño pequeño, sin semillas, partido a la mitad**
- 1 cebolleta (“green onion”), en trozos de ½ in (1.5 cm)**
- 1 cucharada de hojas de cilantro fresco**
- 1 taza (150 g) de tomates de pera, partidas a la mitad**
- ½ taza (75 g) de cubos de mango**
- ¼ cucharadita de sal kosher**
- 1 pizca de pimienta negra recién molida**
- 1 cucharadita de jugo de lima/limón verde fresco**

1. Colocar el ajo, el jalapeño, la cebolleta y el cilantro en el bol del accesorio picador/moledor. Elegir la velocidad alta y pulsar 5-8 veces para picar. Reservar, en un tazón mediano.
2. Colocar los tomates y el mango en el bol. Elegir la velocidad alta otra vez y pulsar 5-6 veces para picar. Agregar los ingredientes picados al bol. Agregar la sal, la pimienta y el jugo de limón; revolver.
3. Probar y ajustar la sazón al gusto. Colar si es necesario.

Información nutricional por porción de ¼ de taza (60 ml):

Calorías 23 (6 % de grasa) • Carbohidratos 6 g • Proteínas 1 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 137 mg • Calcio 15 mg • Fibra 1 g

Guacamole

Esta especialidad mejicana es ideal para servir con chips de maíz/totopos o vegetales crudos. También puede acompañar pollo o pescado asado.

Rinde aprox. 1 taza (235 ml)

- 1 diente de ajo, pelado**
- ½ jalapeño, sin semillas, en cuartos**
- ¼ taza (40 g) de tomates de pera**
- 1 aguacate maduro, partido a la mitad**
- 1 cucharadita de jugo de lima/limón verde fresco**
- ½ cucharadita de sal kosher**

1. Colocar el ajo y el jalapeño en el bol del accesorio picador/moedor. Procesar a alta velocidad por 5 segundos para picar. Agregar los tomates; pulsar 2-3 veces para picar. Agregar los ingredientes y pulsar, usando velocidad alta, hasta conseguir la consistencia deseada.
2. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción de 2 cucharadas:

Calorías 30 (72 % de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 144 mg • Calcio 4 mg • Fibra 1 g

Humus

Este humus es delicioso así, pero también puede servir de base para preparar muchas variaciones incluso humus de pimiento asado o humus con hierbas frescas.

Rinde aprox. 2 tazas (475 ml)

- 1 diente de ajo, pelado**
- 1 lata de 15.5 oz (440 g) de garbanzos, escurridos y lavados**
- ½ taza (120 ml) de tahini (pasta de sésamo)**
- 2 cucharadas de jugo de limón fresco**
- ¾ cucharadita de sal kosher, o a gusto**
- 1 pizca de comino en polvo**
- ½ taza (120 ml) de agua (usar más si es necesario)**

1. Colocar el ajo en el bol del accesorio picador/moedor y procesar a alta velocidad por 5-15 segundos; raspar el bol. Agregar el resto de los ingredientes y procesar a alta velocidad por aprox. 1 minuto, hasta obtener una mezcla suave.
2. Probar y ajustar la sazón al gusto. Si desea que el humus sea menos espeso, agregar un poco más de agua (o de aceite de oliva para un sabor más rico).

Información nutricional por porción de 2 cucharadas:

Calorías 71 (47 % de grasa) • Carbohidratos 7 g • Proteínas 3 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 119 mg • Calcio 45 mg • Fibra 2 g

Salsa de Pimiento Rojo Asado y Tomate

Esta salsa muy versátil acompaña deliciosamente tanto el pollo asado como la pasta.

Rinde aprox. 4 tazas (945 ml)

- 2** cucharaditas de aceite de oliva
- 1** cebolla mediana, en cubitos
- 1** zanahoria mediana, en rodajas gruesas
- 1** rama mediana de apio, en trozos
- 2** dientes de ajo
- 1** cucharadita de albahaca seca
- 1/3** taza (80 ml) de vino blanco seco o vermouth
- 3** pimientos rojos asados (enlatados, con vinagre), en pedazos
- 2** cucharadas de concentrado de tomate
- 2** latas de 15 oz (425 g) de tomates cocidos, con jugo
- 3/4** cucharadita de sal kosher
- 1/4** cucharadita de pimienta negra recién molida
- 1/8** cucharadita de hojuelas de pimiento rojo

1. Calentar el aceite de oliva a fuego medio, en una sartén mediana. Cuando esté caliente, agregar la cebolla, la zanahoria, el apio, el ajo y la albahaca. Tapar parcialmente y cocinar por 6-8 minutos, hasta que los vegetales estén tiernos (pero sin permitir que se doren). Agregar el vino y raspar el fondo de la cacerola con un cucharón para despegar los pedazos. Seguir cocinando hasta que el vino se haya evaporado casi por completo. Agregar el resto de los ingredientes. Subir el fuego para que la mezcla empiece a hervir, y luego reducir el fuego y hervir a fuego lento, parcialmente tapado, por 35-40 minutos. Quitar la tapa y dejar hervir a fuego lento por 15-20 minutos adicionales.
2. Retirar del fuego y, usando la varilla licuadora, licuar hasta conseguir un puré suave, empezando a velocidad baja y aumentando gradualmente la velocidad hasta el nivel medio. Si usa una cacerola grande o una olla, inclinar ligeramente la cacerola/olla de manera que el protector de cuchillas esté completamente sumergido; esto evitará las salpicaduras.
3. Probar y ajustar la sazón al gusto.

Información nutricional por porción de 1/4 de taza (60 ml):

Calorías 29 (18 % de grasa) • Carbohidratos 5 g • Proteínas 1 g • Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 216 mg • Calcio 15 mg • Fibra 1 g

Crema de Frijoles Negros

La textura rica y espesa de esta sopa proviene del jugo almidonado de los frijoles enlatados. Por lo tanto, es importante que *no* enjuague los frijoles.

Rinde aprox. 6 tazas (1.4 L)

- 2** dientes de ajo, finamente picados

-
- 1/2 **cebolla mediana, finamente picada**
 - 1 **jalapeño, sin semillas, finamente picado**
 - 1 **pimiento dulce rojo mediano, finamente picado**
 - 1 **cucharada de aceite de oliva**
 - 1 1/4 **cucharaditas de sal kosher**
 - 1 **hoja de laurel**
 - 1 **cucharadita de comino en polvo**
 - 3 **latas de 15 oz (425 g) de frijoles negros (sin escurrir)**
 - 1 **taza (235 ml) de caldo de pollo bajo en sodio**
 - 1 **cucharadita de vinagre de vino tinto**
 - “Crème fraîche” o yogur natural de leche entera, para servir**
 - Cilantro picado, para servir**
 - Chips de maíz/totopos, para servir**

1. Colocar el ajo, la cebolla y el jalapeño en el bol del accesorio picador/moledor. Pulsar para picar finamente. Reservar. Colocar los pimientos en el bol y pulsar para picar finamente; reservar, junto con los demás vegetales picados.
2. Calentar el aceite a fuego medio, en una olla. Cuando esté caliente, agregar los vegetales picados y saltear por 5-7 minutos, hasta que estén suaves.
3. Agregar 3/4 de cucharadita de la sal, la hoja de laurel y el comino. Cocinar, revolviendo, por aprox. 1 minuto, hasta que la mezcla esté fragante.
4. Agregar los frijoles (en su jugo) y el caldo. Cocinar a fuego lento, parcialmente tapado, por 20-25 minutos, hasta que todos los ingredientes estén tiernos. Quitar y tirar la hoja de laurel.
5. Retirar la sopa del fuego. Usando la varilla licuadora, licuar a velocidad baja por aprox. 20 segundos, y luego a velocidad alta por 1 minuto, hasta conseguir una textura muy suave. Agregar la sal restante y el vinagre; licuar por 10-15 segundos adicionales.
6. Probar y ajustar la sazón al gusto.
7. Servir con una cucharada de “crème fraîche”, una pizca de cilantro picado y los chips de maíz/totopos.

Información nutricional por porción de 1 taza (235 ml):

Calorías 288 (13 % de grasa) • Carbohidratos 47 g • Proteínas 18 g • Grasa 4 g • Grasa saturada 1 g • Colesterol 0 mg • Sodio 589 mg • Calcio 63 mg • Fibra 17 g

“Bisque” de Calabaza Moscada con Mantequilla de Tocino/Salvia

La mantequilla de tocino/salvia combina perfectamente con esta sopa.
¡A nadie le dejará frío!

Rinde aprox. 7 tazas (1.65 L)

Mantequilla:

- 2 **lonchas de tocino cocinado, picado (aprox. 2 cucharadas de tocino desmenuzado)**

-
- 3-4** hojas de salvia fresca
 - 8** cucharadas (115 g) de mantequilla sin sal, a temperatura ambiente
 - 1** cucharadita de sal kosher
 - ¼** cucharadita de pimienta negra recién molida

Sopa:

- 1** cucharada (15 g) de mantequilla sin sal
- 1** puerro mediano (parte blanca y verde claro solamente) limpio y cortado en rodajas
- 1** calabaza moscada (“butternut squash”) mediana, pelada, sin semillas, y cortada en cubos grandes
- 1** diente de ajo, machacado
- 1** ramita de tomillo
- 1½** cucharaditas de sal kosher
- ¼** cucharadita de pimienta negra recién molida
- 2** cucharadas de jerez
- 4** tazas (945 ml) de caldo de pollo bajo en sodio

Preparar la mantequilla:

1. Colocar el tocino y la salvia en el bol del accesorio picador/moledor. Pulsar a velocidad alta para picar finamente. Agregar la mantequilla, la sal y la pimienta; procesar a alta velocidad hasta conseguir una mezcla homogénea.
2. Formar una barra de mantequilla y envolver esta de forma segura en papel film/plástico, torciendo las extremidades. Refrigerar hasta el momento de servir. La mantequilla debe estar muy fría y firme para servir.

Preparación de la sopa:

1. Poner una cucharada del aceite a calentar a fuego medio/medio-lento, en una olla. Una vez derretida, agregar el puerro. Cocinar por aprox. 5 minutos, hasta que estén tiernos y fragantes. Agregar la calabaza moscada, el ajo, el tomillo, ½ cucharadita de sal y toda la pimienta. Revolver y cocinar por 5 minutos adicionales.
2. Agregar el jerez. Después de que el jerez se haya evaporado, agregar suficientemente caldo como para sumergir completamente la calabaza. Subir el fuego. Cuando el agua empiece a hervir, reducir el fuego. Cocinar a fuego lento por aprox. 20 minutos, hasta que la calabaza esté muy suave y tierna.
3. Cuando la calabaza esté tierna, usar la varilla licuadora para licuar la sopa. Licuar por 1-1½ minutos, empezando a velocidad baja y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta que esté muy suave.
4. Probar y ajustar la sazón al gusto. Si necesita más sal, agregar sal ½ cucharadita a la vez, probando después de cada adición.
5. Para servir: servir la sopa en cuencos individuales, con una porción de mantequilla de tocino/salvia.

Información nutricional por porción de 1 taza (235 ml):

Calorías 268 (59 % de grasa) • Carbohidratos 22 g • Proteínas 5 g • Grasa 18 g • Grasa saturada 11 g • Colesterol 70 mg • Sodio 741 mg • Calcio 92 mg • Fibra 4 g

Crema de Coliflor

Esta sopa rica y cremosa le calentará en los días fríos del invierno. Es muy fácil de preparar gracias a su licuadora de mano Cuisinart®.

Rinde aprox. 6 tazas (1.4 L)

- 1 puerro mediano (parte blanca y verde claro solamente), en rodajas de 1 in (2.5 cm)**
- 1 cucharada de aceite de oliva**
- 1 coliflor pequeño, en cogollos**
- 2 cucharaditas de sal kosher**
- ¼ cucharadita de pimienta negra recién molida**
- 1 cucharadita de semillas de alcaravea/comino**
- 4 tazas (945 ml) de caldo de vegetales bajo en sodio Eneldo, para aderezar (opcional)**

1. Colocar el puerro en el bol del accesorio picador/moledor. Procesar a alta velocidad por 8 segundos para picar.
2. Calentar el aceite de oliva a fuego medio, en una olla. Una vez caliente, agregar el puerro y saltear suavemente por aprox. 5 minutos, hasta que esté suave y fragante, pero sin permitir que se dore.
3. Agregar los cogollos de coliflor y 1 cucharadita de sal/pimienta/comino. Revolver y saltear suavemente por 2 minutos adicionales. Agregar el caldo y ½ cucharadita más de sal y pimienta; subir el fuego. Dejar hervir, luego reducir el fuego para que la mezcla hierva a fuego lento.
4. Cocinar a fuego lento por aprox. 20 minutos, hasta que la coliflor esté tierna.
5. Cuando la coliflor esté tierna, usar la varilla licuadora para hacer puré. Licuar por 1-2 minutos, empezando a velocidad baja y aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto. Si la sopa parece muy espesa, agregar caldo o agua hasta que la mezcla adquiera la consistencia deseada.
6. Probar y ajustar la sazón al gusto. Aderezar con un ramito de eneldo fresco y servir.

Información nutricional por porción de 1 taza (235 ml):

Calorías 76 (30 % de grasa) • Carbohidratos 10 g • Proteínas 4 g • Grasa 3 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 991 mg • Calcio 53 mg • Fibra 4 g

Puré de Camote

Plato típico en la mayoría de las mesas del Día de Acción de Gracia, este plato puede prepararse el día anterior y recalentarse justo antes de servir.

Rinde 5 tazas (475 ml)

- 3 libras (1.35 kg) de camote/batata/boniato, pelados y cortados en pedazos**

-
- 1** **cucharada de jarabe de arce/maple puro (opcional; ¡úselo si le gusta el camote dulce!)**
 - 1** **cucharadita de sal kosher**
 - 1** **pizca de pimienta negra recién molida**
 - ½** **cucharadita de canela en polvo**
 - 1** **pizca de nuez moscada recién rallada**

1. Colocar el camote en una olla y cubrir con agua. Cocinar a fuego medio-alto hasta que esté muy suave. Escurrir y regresar el camote en la olla.
2. Usando la varilla licuadora: licuar a velocidad baja, usando un movimiento suave hacia arriba y abajo. Agregar el resto de los ingredientes y licuar, aumentando gradualmente la velocidad al nivel alto, hasta conseguir una mezcla suave.
3. Ajustar la sazón al gusto; servir caliente.

Información nutricional por porción de ½ taza (120 ml):

Calorías 117 (1 % de grasa) • Carbohidratos 27 g • Proteínas 2 g • Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 303 mg • Calcio 80 mg • Fibra 4 g

“Fool” de Frutas del Bosque (Crema Batida con Puré de Frutas)

Este postre británico tradicional es perfecto en cualquier momento del año, pero es verdaderamente delicioso en verano, cuando las frutas del bosque están maduras.

Rinde aprox. 4 tazas (945 ml)

- 2** **tazas (400 g) de frutas del bosque mixtas (fresas, frambuesas, arándanos azules)**
- 1** **cucharada (10 g) de azúcar granulada**
- 2** **tazas (475 ml) de crema líquida para batir (“heavy cream”) refrigerada**
- 2** **cucharadas de azúcar glasé**
- ½** **cucharadita de extracto natural de vainilla**

1. Colocar las frutas del bosque y el azúcar en el vaso de mezcla.
2. Usando la varilla licuadora: licuar a velocidad alta hasta que las frutas estén casi hechas puré; reservar.
3. Colocar el resto de los ingredientes en un tazón mediano a grande. Usando el accesorio batidor: batir a velocidad baja hasta que la crema empiece a espesarse, y luego continuar a velocidad alta hasta conseguir una textura medio-firme.
4. Usando una espátula, incorporar suavemente la mezcla de frutas del bosque (está bien si no se entrevera completamente).
5. Servir inmediatamente (el postre mantendrá su consistencia por un máximo de aprox. una hora).

Información nutricional por porción de ½ taza (120 ml):

Calorías 185 (85 % de grasa) • Carbohidratos 6 g • Proteínas 0 g • Grasa 16 g • Grasa saturada 11 g • Colesterol 64 mg • Sodio 0 mg • Calcio 4 mg • Fibra 1 g

Crema Chantillí (Crema Batida Dulce)

Ideal para dar el toque final a nuestro batido (página 19) o a nuestro chocolate caliente mexicano (página 29).

Rinde 2 tazas (475 ml)

- 1¼ tazas (295 ml) de crema líquida para batir (“heavy cream”)**
- 2 cucharadas de azúcar glasé**
- 1½ cucharaditas de extracto natural de vainilla**

1. Colocar todos los ingredientes en un tazón grande. Usando el accesorio batidor: empezar a batir a velocidad baja, manteniendo el batidor *justo* debajo de la superficie de la crema.
2. Seguir batiendo a velocidad baja hasta que la crema empiece a espesarse. A continuación, ajustar la velocidad al nivel alto y seguir batiendo, moviendo el batidor hacia arriba y abajo y alrededor del tazón, hasta conseguir la consistencia deseada. Obtendrá picos suaves en 50-60 segundos.

Información nutricional por porción de 2 cucharadas:

Calorías 67 (88 % de grasa) • Carbohidratos 2 g • Proteínas 0 g • Grasa 6 g • Grasa saturada 5 g • Colesterol 25 mg • Sodio 6 mg • Calcio 0 mg • Fibra 0 g

Chocolate Caliente Mexicano

El chocolate mexicano es un chocolate molido a piedra y mezclado con azúcar, especias y vainilla. Está disponible en las tiendas especializadas y en algunos supermercados grandes, o en línea.

Rinde 1½ tazas (355 ml)

- 1½ tazas (355 ml) de leche entera**
- 3 onzas (85 g) de chocolate semidulce, en pedacitos**
- 2 cucharaditas de azúcar granulada**
- 1 pizca grande de canela en polvo**
- 1 pizca de pimienta de Cayena**
- Crema Chantillí (receta en la página 28), para servir**

1. Colocar la leche en una cacerola mediana y calentar a fuego medio hasta que la mezcla hierva bien.
2. Mientras la leche se está calentando, poner el resto de los ingredientes en el bol del accesorio picador/moledor. Pulsar 10-15 veces a alta velocidad, hasta que el chocolate esté finamente picado.
3. Retirar la leche del fuego y agregar la mezcla de chocolate con especias. Sumergir la varilla licuadora en la mezcla. Pulsar, usando velocidad baja y cerciorándose de mantener la cuchilla sumergida, hasta que el chocolate esté completamente derretido y que el chocolate caliente esté espumoso.
4. Servir inmediatamente, con crema batida dulce.

GARANTÍA

GARANTÍA LIMITADA DE TRES AÑOS

Esta garantía es válida solo en los Estados Unidos, para los consumidores que hayan comprado este producto directamente a Cuisinart o a un revendedor autorizado de Cuisinart. Usted es un consumidor si posee una licuadora de mano de velocidad variable Cuisinart® Smart Stick® que haya sido comprado en una tienda para uso personal, familiar o casero. A menos que la ley aplicable exija lo contrario, esta garantía no es para los minoristas u otros consumidores/compradores comerciales, ni propietarios/consumidores que hayan comprado este producto a revendedores no autorizados por Cuisinart. Cuisinart garantiza este producto contra todo defecto de materiales o fabricación durante 3 años después de la fecha de compra original, siempre que haya sido usado para uso doméstico y de acuerdo con las instrucciones.

Se recomienda llenar el formulario de registro disponible en <https://cuisinart.registria.com> a fin de facilitar la verificación de la fecha de compra original de este producto. Sin embargo, no es necesario registrar el producto para recibir servicio bajo esta garantía. En ausencia de prueba de la fecha de compra, el período de garantía será calculado a partir de la fecha de fabricación del producto.

RESIDENTES DE CALIFORNIA

La ley del estado de California ofrece dos opciones bajo el período de garantía. Los residentes del estado de California pueden devolver el producto defectuoso (A) a la tienda donde lo compraron o (B) a otra tienda que venda productos Cuisinart® de este tipo. La tienda podrá, a su elección, reparar el producto, referir al consumidor a un centro de servicio independiente, sustituir el producto, o reembolsar al consumidor el precio de compra menos la cantidad directamente atribuible al uso anterior del producto por el consumidor. Si estas dos opciones no satisfacen al consumidor, podrá llevar el aparato a un centro de servicio independiente, siempre que se pueda arreglar o reparar el aparato de manera económica. Cuisinart (no el consumidor) será responsable por los gastos de servicio, reparación, sustitución o reembolso de los productos defectuosos bajo garantía. Los residentes de California también pueden, si lo desean, mandar el producto defectuoso directamente a Cuisinart para que sea reparado o sustituido. Para esto, se debe llamar a nuestro servicio de atención al cliente 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.

GARANTÍA DE REEMPLAZO SIN DIFICULTADES

Su máxima satisfacción es nuestra prioridad, así que, si este producto Cuisinart® falla dentro del generoso período de garantía, lo repararemos o, de ser necesario, lo reemplazaremos, sin costo alguno para usted. Para obtener una etiqueta de devolución, visítenos en <https://www.cuisinart.com/customer-care/product-assistance/product-inquiry>. O llame sin cargo a nuestro servicio de atención al cliente, al **1-800-726-0190**, para hablar con un representante.

Este producto satisface las más altas exigencias de fabricación y ha sido diseñado para funcionar con 120 V, usando accesorios y repuestos autorizados solamente. Esta garantía excluye expresamente los defectos o daños causados por accesorios, piezas o reparaciones no autorizados por Cuisinart, así como los defectos o daños causados por el uso de un convertidor de voltaje. Esta garantía no cubre el uso comercial o industrial del producto, y no es válida en caso de daños causados por mal uso, negligencia o accidente. Esta garantía excluye 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 producto defectuoso a un centro de servicio no autorizado, por favor informe al personal del centro de servicio que deben llamar al servicio de atención al cliente de Cuisinart, al **1-800-726-0190**, a fin de diagnosticar el problema correctamente, usar las piezas correctas para repararlo y comprobar que el producto aún esté bajo garantía.

©2024 Cuisinart
Glendale, AZ 85307
Impreso en China
24CECSB179

IB-15341-ESP-D