

Veillez à prendre connaissance des instructions Ninja® incluses avant d'utiliser votre appareil.



NINJA®

Foodi®

Blender et
Soup Maker

GUIDE DE DÉMARRAGE
RAPIDE ET DE RECETTES



NINJA[®]

Foodi[®]

Blender et
Soup Maker

SOMMAIRE

SOUPES	10
SAUCES ET CONFITURES	20
BOISSONS	26
DESSERTS ET PETITES DOUCEURS	32



SOUPE À
LA COURGE
BUTTERNUT

13



SAUCE TOMATE
TRADITIONNELLE



CHOCOLAT
CHAUD AU
BEURRE DE
CACHOUËTES

35



ASTUCES DE REMPLISSAGE POUR LES BOISSONS

Ne dépassez pas la ligne MAX LIQUID lors de l'ajout d'ingrédients dans la carafe.

Le fait de mettre une trop grande quantité d'ingrédients risque d'endommager l'appareil en cours d'usage. Placez en premier la glace ou les ingrédients surgelés, et les ingrédients à consistance plus molle et aqueuse par-dessus. Cela permet de créer un tourbillon dans la carafe qui contribue à broyer les ingrédients de manière plus homogène.



5 Recouvrez le tout de fruits et légumes frais.



4 Ensuite, ajoutez les légumes-feuilles et les herbes aromatiques.



3 Ensuite, versez du liquide ou du yaourt. Pour des boissons moins épaisses ou similaires aux jus de fruits, ajoutez plus de liquide.



2 Ajoutez ensuite les ingrédients secs ou collants comme les graines, les poudres et les beurres de fruits à coques.



1 Commencez par la glace ou les ingrédients surgelés.



CONSEILS DE PRÉPARATION

Pour de meilleurs résultats, coupez les ingrédients en morceaux de 2,5 cm.



COMMENT ÉLABORER SUR MESURE DES SOUPES AVEC DES MORCEAUX

PORTIONS : 3-4
CUISSON : 35 MIN.

TOUT D'ABORD DÉVELOPPER LES SAVEURS

CHOISIR HUILE/ BEURRE

2 cuillères à soupe
au total

Huile d'olive, huile
de coco, beurre,
huile végétale.

AJOUTER L'OIGNON

1 petit oignon ou 1 échalote, pelé(e) et
coupé(e) en quartiers

CHOISIR LES ÉPICES + LES AROMATES

3 cuillères à café au
total

Ail, gingembre,
thym, sel, poivre,
graines de
coriandre, graines
de cumin, concentré
de tomates.

SÉLECTION- NER CHOP

Le blender va
effectuer quelques
pulsations
pour hacher
grossièrement les
herbes aromatiques.

SÉLECTION- NER SAUTÉ

Le blender va cuire
pendant 5 minutes
pour libérer les
saveurs des
aromates.

PUIS CUIRE LES INGRÉDIENTS

CHOISIR UN LÉGUME

230 g au total,
coupé en mor-
ceaux de 2,5 cm

Carottes, pommes de terre,
patates douces, chou-fleur, brocoli,
tomates, courge butternut, céleri,
épinards, chou, maïs, poivrons.

FACULTATIF CHOISIR UNE VIANDE

125 g au total, cou-
pée en morceaux
de 2,5 cm

Aloyau de bœuf, blanc de poulet,
escalope de dinde, longe de porc,
jambon.

CHOISIR UNE BASE

750 ml au total

Eau, bouillon de légume, bouillon de
bœuf, lait de coco, bouillon de poulet,
coulis de tomate.

FACULTATIF AJOUTER DES PÂTES ET/OU DES HARICOTS

75 g au total ou
38 g de chaque

Macaronis, nouilles aux œufs
**SUIVRE LES INDICATIONS DU
PAQUET POUR LES TEMPS
DE CUISSON.**

Pois chiches, haricots blancs,
haricots noirs

**AJOUTER LES HARICOTS
LORSQU'IL RESTE 6 MINUTES
AU PROGRAMME.**

APPUYER SUR CHUNKY SOUP

Le blender va préchauffer jusqu'à
atteindre l'ébullition. Ensuite, il
effectuera des petites pulsations
et remuera pour mélanger et cuire
uniformément les ingrédients.

COMMENT ÉLABORER SUR MESURE DES SOUPES ONCTUEUSES

PORTIONS : 3-4
CUISSON : 35 MIN.



TOUT D'ABORD DÉVELOPPER LES SAVEURS

CHOISIR HUILE/ BEURRE

2 cuillères à soupe
au total

Huile d'olive, huile
de coco, beurre,
huile végétale.

AJOUTER L'OIGNON

1 petit oignon ou 1 échalote, pelé(e) et
coupé(e) en quartiers

CHOISIR LES ÉPICES + LES AROMATES

3 cuillères à café
au total

Ail, gingembre,
thym, sel, poivre,
graines de
coriandre, graines
de cumin, concentré
de tomates.

SÉLECTION- NER CHOP

Le blender va effec-
tuer quelques pul-
sations pour hacher
grossièrement les
herbes aromatiques.

APPUYER SUR SAUTÉ

Le blender va cuire
pendant 5 minutes
pour libérer les
saveurs des
aromates.

PUIS CUIRE LES INGRÉDIENTS

CHOISIR UN LÉGUME

460 g au total,
coupé en mor-
ceaux de 2,5 cm

Carottes, pommes de terre,
patates douces, chou-fleur, brocoli,
tomates, courge butternut, céleri,
épinards, chou kale, champignons,
maïs, poivrons.

CHOISIR UNE BASE

1 L au total

Eau, bouillon de légume, bouillon
de bœuf, lait de coco, bouillon de
poulet, coulis de tomate.

APPUYER SUR SMOOTH SOUP

Le blender va préchauffer jusqu'à
atteindre l'ébullition. Il effectuera
ensuite des pulsations pour
mélanger et cuire uniformément
les ingrédients. Il les mixera ensuite
pour obtenir une texture lisse.

ASTUCE DE PRO : Ajouter quelques cuillères de crème
entière épaisse à la fin du programme pour une texture
crémeuse.

SOUPES

SOUPE À LA TOMATE ET AU BASILIC



PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 20 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS
PROGRAMME : MANUAL

INGRÉDIENTS

3 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 petit oignon pelé, coupé en quartiers
2 boîtes de tomates entières pelées (400 g chacune)
250 ml de bouillon de poulet chaud
½ cuillère à café de basilic séché
80 ml de crème entière épaisse
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1 Placer l'huile et l'oignon dans la carafe.
- 2 Sélectionner CHOP
- 3 Sélectionner SAUTÉ.
- 4 Ajouter les ingrédients restants dans l'ordre de la liste et sélectionner COOK, HIGH et cuire pendant 14 minutes.
- 5 Sélectionner BLEND, HIGH et mixer pendant 1 minute, ou jusqu'à obtenir la texture désirée.

ASTUCE : Pour une soupe encore plus onctueuse, mixer pendant 1 minute de plus.
Ajouter des piments concassés pour une touche épicée supplémentaire.



SOUPE DE CHOU-FLEUR ET CURRY

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **CUISSON :** 35 MINUTES | **QUANTITÉ :** 3 À 4 PORTIONS
PROGRAMME : PRE-COOK ET SMOOTH SOUP

INGRÉDIENTS

25 g de beurre
2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
1 cuillère à café de curry en poudre
1 oignon de taille moyenne, pelé et coupé en quartiers
2 gousses d'ail, pelées et coupées en deux
400 g de chou-fleur, coupé en fleurettes de 2,5 cm
500 ml de bouillon de légumes chaud
60 ml de lait de coco
1 cuillère à soupe de jus de citron
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1** Placer le beurre, l'huile d'olive, le curry en poudre, l'oignon et l'ail dans la carafe.
- 2** Sélectionner CHOP.
- 3** Sélectionner SAUTÉ.
- 4** Ajouter les ingrédients restants, puis appuyer sur SMOOTH SOUP.



VELOUTÉ À LA COURGE BUTTERNUT

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 35 MINUTES | **QUANTITÉ :** 3 À 4 PORTIONS
PROGRAMME : PRE-COOK ET SMOOTH SOUP

INGRÉDIENTS

2 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 petit oignon pelé, coupé en quartiers
120 g de noix de cajou crues
½ pomme pelée, épépinée, coupée en quartiers
1 petite carotte pelée, coupée en quartiers
460 g de courge butternut, pelée, coupée en morceaux de 2,5 cm
1 cuillère à café de thym séché
750 ml de bouillon de légumes chaud
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1** Placer l'huile d'olive, l'oignon et le sel dans la carafe.
- 2** Sélectionner CHOP.
- 3** Sélectionner SAUTÉ.
- 4** Ajouter les ingrédients restants puis appuyer sur SMOOTH SOUP.



SOUPE DE NOUILLES AU POULET

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 30 MINUTES | **QUANTITÉ :** 3 À 4 PORTIONS
PROGRAMME : CHUNKY SOUP

INGRÉDIENTS

1 petit oignon, pelé et coupé en morceaux de 2,5 cm
2 branches de céleri, parées et coupées en morceaux de 2,5 cm
2 carottes, coupées en morceaux de 2,5 cm
875 ml de bouillon de poulet chaud
¼ de cuillère à café de thym séché
255 g de poulet cru, coupé en morceaux de 2,5 cm
45 g de nouilles aux œufs sèches
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe, à l'exception des nouilles.
- 2 Sélectionner **CHUNKY SOUP**.
- 3 Ajouter les nouilles aux œufs lorsqu'il reste 6 minutes de cuisson. Servir immédiatement.



SOUPE AUX CHAMPIGNONS

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 20 MINUTES | **QUANTITÉ :** 3 À 4 PORTIONS
PROGRAMME : MANUAL



INGRÉDIENTS

1 cuillère à soupe d'huile d'olive
3 échalotes pelées
1 cuillère à café de thym séché
1 cuillère à café de persil séché
300 g de champignons de Paris tranchés
500 ml de bouillon de légumes chaud
150 ml de crème entière épaisse
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1 Placer l'huile, les échalotes, le persil et le thym dans la carafe.
- 2 Sélectionner **CHOP**.
- 3 Sélectionner **SAUTÉ**.
- 4 Ajouter les ingrédients restants dans l'ordre de la liste et sélectionner **COOK, HIGH** et cuire pendant 14 minutes.
- 5 Sélectionner **BLEND, HIGH** et mixer pendant 1 minute, ou jusqu'à obtenir la texture désirée.

ASTUCE : Pour une soupe encore plus onctueuse, mixer pendant 1 minute de plus.



SOUPE DE POMME DE TERRE ET POIREAU



PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 20 MINUTES | **QUANTITÉ :** 3 À 4 PORTIONS
PROGRAMME : MANUAL

INGRÉDIENTS

2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 gousses d'ail pelées
1 poireau, sans la tige verte, coupé en quartiers et rincé
2 pommes de terre blanches, pelées et coupées en morceaux de 2,5 cm
500 ml de bouillon de légumes chaud
250 ml de crème entière épaisse
Sel et poivre blanc, selon les goûts



INSTRUCTIONS

- 1 Placer l'huile d'olive, l'ail, le poireau, le sel et le poivre dans la carafe.
- 2 Sélectionner CHOP.
- 3 Sélectionner SAUTÉ.
- 4 Une fois le programme achevé, ajouter les ingrédients restants et sélectionner COOK, HIGH et laisser cuire pendant 14 minutes.
- 5 Sélectionner BLEND, HIGH et mixer pendant 1 minute, ou jusqu'à obtenir la texture désirée.

ASTUCE : Pour une soupe encore plus onctueuse, mixer pendant 1 minute de plus.

SOUPE DE LÉGUMES EN MORCEAUX

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 30 MINUTES | **QUANTITÉ :** 3 À 4 PORTIONS
PROGRAMME : CHUNKY SOUP

INGRÉDIENTS

75 g d'oignons, pelés, coupés en morceaux de 2,5 cm
75 g de carottes, pelées, coupées en morceaux de 2,5 cm
75 g de céleri, coupé en morceaux de 2,5 cm
115 g de patates douces, pelées, coupées en morceaux de 2,5 cm
115 g de courgettes, coupées en morceaux de 2,5 cm
30 g de pousses d'épinards
75 g de maïs en boîte égoutté
700 ml de bouillon de légumes chaud
3/4 de cuillère à café d'herbes de Provence
Sel et poivre blanc, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe dans l'ordre indiqué.
- 2 Sélectionner CHUNKY SOUP.





MINISTRONE AUX HARICOTS BLANCS

PRÉPARATION : 15 MINUTES | **CUISSON :** 35 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS

PROGRAMME : PRE-COOK ET CHUNKY SOUP

INGRÉDIENTS

1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 petit oignon, pelé et coupé en morceaux de 2,5 cm
1 branche de céleri, coupée en morceaux de 2,5 cm
1 carotte, pelée, coupée en morceaux de 2,5 cm
½ cuillère à soupe d'ail écrasé
90 g de tomates en boîte
120 g de chou de Milan
2 cuillères à soupe de Parmesan râpé
750 ml de bouillon de légumes chaud
2 cuillères à café de concentré de tomate
⅛ de cuillère à café de thym séché
½ cuillère à café de romarin séché
1 boîte (400 g) de haricots blancs (haricots cannellini) égouttés
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1** Placer l'huile d'olive, l'oignon, céleri, carotte et l'ail dans la carafe.
- 2** Sélectionner CHOP.
- 3** Sélectionner SAUTÉ.
- 4** Ajouter les tomates, le chou, le Parmesan, le bouillon de légumes, le concentré de tomate, le romarin, le poivre noir et le thym, puis appuyer sur CHUNKY SOUP.
- 5** Lorsqu'il reste 6 minutes de cuisson au programme, ajouter les haricots blancs, placer le couvercle sur la carafe et appuyer de nouveau sur CHUNKY SOUP pour redémarrer le programme.

SAUCES ET CONFITURES

SAUCE TOMATE TRADITIONNELLE

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 35 MINUTES | **QUANTITÉ :** 4 À 6 PORTIONS
PROGRAMME : PRE-COOK ET SAUCE

INGRÉDIENTS

1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 petit oignon pelé, coupé en quartiers
2 gousses d'ail pelées
4 boîtes de tomates entières pelées (400 g chacune)
1 cuillère à café de sucre
1 cuillère à café d'herbes de Provence
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1** Placer l'huile d'olive, l'oignon et l'ail dans la carafe.
- 2** Sélectionner CHOP.
- 3** Sélectionner SAUTÉ.
- 4** Ajouter les ingrédients restants et sélectionner SAUCE.



SAUCE ALFREDO

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **CUISSON :** 35 MINUTES | **QUANTITÉ :** 6 À 8 PORTIONS
PROGRAMME : PRE-COOK ET SAUCE

INGRÉDIENTS

115 g de beurre
4 gousses d'ail, pelées
500 ml de crème entière épaisse
250 g de cream cheese (fromage à la crème), coupé en huit
220 g de Parmesan râpé

INSTRUCTIONS

- 1 Placer le beurre et l'ail dans la carafe.
- 2 Sélectionner CHOP.
- 3 Sélectionner SAUTÉ.
- 4 Ajouter les ingrédients restants.
- 5 Sélectionner SAUCE.



DIP AUX ÉPINARDS ET ARTICHAUTS

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 30 MINUTES | **QUANTITÉ :** 6 À 8 PORTIONS
PROGRAMME : SAUCE

INGRÉDIENTS

1 boîte (400 g) de cœurs d'artichauts, égouttés et coupés en quartiers
2 gousses d'ail, pelées
2 cuillères à soupe de jus de citron
60 g de mayonnaise
60 ml de crème fraîche
125 g de cream cheese (fromage à la crème), à température ambiante, coupé en quatre
375 g d'épinards hachés surgelés en sachet, décongelés et égouttés
28 g de Parmesan râpé
Sel et poivre, selon les goûts

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe dans l'ordre indiqué.
- 2 Sélectionner SAUCE.



CONFITURE DE FRUITS

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON :** 30 MINUTES | **RÉFRIGÉRATION :** 4 HEURES | **QUANTITÉ :** 6 À 8 PORTIONS
PROGRAMME : CHOP ET JAM

INGRÉDIENTS

335 g de myrtilles fraîches
150 g de mûres fraîches
4 cuillères à soupe de jus de citron
350 g de sucre
4 cuillères à café de pectine

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner CHOP.
- 3 Sélectionner JAM.
- 4 Enlever tous les ingrédients de la carafe et les placer au réfrigérateur pendant minimum 4 heures avant de s'en servir.



CONFITURE DE FRAISE

PRÉPARATION : 10 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 30 MINUTES | **RÉFRIGÉRATION :** 4 HEURES
QUANTITÉ : 6 À 8 PORTIONS | **PROGRAMME :** CHOP ET JAM

INGRÉDIENTS

450 g de fraises fraîches, équeutées
210 g de sucre semoule
1 cuillère à soupe de jus de citron
2 cuillères à café de pectine

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner CHOP.
- 3 Sélectionner JAM.
- 4 Enlever tous les ingrédients de la carafe et les placer au réfrigérateur pendant minimum 4 heures avant de s'en servir.



BOISSONS

MARGARITA À LA MANGUE SURGELÉE

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 1 MINUTE | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS
PROGRAMME : FROZEN DRINK

INGRÉDIENTS

250 ml de tequila
125 ml de triple sec
500 ml de jus de mangue
560 g de mangue surgelée en morceaux
2 cuillères à soupe de jus de citron vert

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner FROZEN DRINK.



GRANITÉ DE ROSÉ À LA FRAISE

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 1 MINUTE | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS
PROGRAMME : FROZEN DRINK

INGRÉDIENTS

750 ml de vin rosé
12 feuilles de menthe fraîche
600 g de fraises surgelées

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe dans l'ordre indiqué.
- 2 Sélectionner FROZEN DRINK.

ASTUCE : Mettre les fraises au congélateur toute une nuit. Si vous ne pouvez pas acheter de fraises congelées, utilisez-en des fraîches et congelez-les chez vous.



SMOOTHIE DU MATIN AUX FRUITS ROUGES

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 45 SECONDES | **QUANTITÉ :** 4 PORTIONS
PROGRAMME : SMOOTHIE

INGRÉDIENTS

500 g de yaourt
250 ml de lait d'amande
2 doses de protéine en poudre
560 g de fruits rouges surgelés

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner SMOOTHIE.



SMOOTHIE DU MATIN ÉNERGISANT FRAISE-ANANAS

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME** : 45 SECONDES | **QUANTITÉ** : 4 PORTIONS
PROGRAMME : SMOOTHIES

INGRÉDIENTS

300 g de fraises surgelées
400 g d'ananas en morceaux
1 banane, pelée
250 ml de jus d'orange

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner SMOOTHIE.

ASTUCE : Si vous ne pouvez pas acheter de fraises congelées, utilisez-en des fraîches et congelez-les chez vous.



MILK-SHAKE À LA VANILLE

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME** : 1 MINUTE | **QUANTITÉ** : 4 PORTIONS
PROGRAMME : MILKSHAKE

INGRÉDIENTS

130 g de glaçons
750 g de crème glacée à la vanille
250 ml de lait entier
1/8 de cuillère à café d'extrait de vanille

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner MILKSHAKE.

MILK-SHAKE AU CHOCOLAT

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME** : 1 MINUTE | **QUANTITÉ** : 4 PORTIONS
PROGRAMME : MILKSHAKE

INGRÉDIENTS

130 g de glaçons
750 ml de crème glacée au chocolat
250 ml de lait entier
60 ml de sirop de chocolat

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe.
- 2 Sélectionner MILKSHAKE.

DESSERTS ET PETITES DOUCEURS

FONDUE AU CHOCOLAT

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 30 MINUTES | **QUANTITÉ :** 6 À 8 PORTIONS
PROGRAMME : SAUCE

INGRÉDIENTS

375 g de chocolat noir, cassé en petits morceaux
250 ml de crème entière épaisse

POUR SERVIR

Biscuits
Guimauves
Fraises entières

INSTRUCTIONS

- 1** Placer le chocolat et la crème fraîche dans la carafe.
- 2** Effectuer 5 pulsations.
- 3** Sélectionner SAUCE.
- 4** Servir la fondue chaude avec les biscuits, les guimauves, les fraises, ou d'autres fruits, selon les envies.



CHOCOLAT CHAUD FRAPPÉ

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **CUISSON** : 5 MINUTES | **TEMPS DE MÉLANGE** : 1 MINUTE
QUANTITÉ : 4 PORTIONS | **PROGRAMME** : PRE-COOK ET FROZEN DRINK

INGRÉDIENTS

375 g de chocolat au lait, cassé en petits morceaux
250 ml de lait entier
2 cuillères à soupe de poudre de cacao
125 ml de crème entière épaisse
650 g de glaçons

INSTRUCTIONS

- 1 Placer le chocolat, le lait et la poudre de cacao dans la carafe.
- 2 Sélectionner CHOP.
- 3 Sélectionner SAUTÉ.
- 4 Une fois le programme achevé, ajouter la crème fraîche et la glace ; puis sélectionner FROZEN DRINK.



CHOCOLAT CHAUD AU BEURRE DE CACAHUËTES

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME** : 20 MINUTES | **QUANTITÉ** : 6 À 8 PORTIONS
PROGRAMME : MANUAL

INGRÉDIENTS

750 ml de lait entier
250 ml de crème semi-épaisse
250 g de chocolat au lait, cassé en petits morceaux
4 cuillères à soupe de beurre de cacahuètes lisse

SUPPLÉMENTS

Mini guimauves
Sirop de chocolat

INSTRUCTIONS

- 1 Placer le lait, la crème fraîche, le chocolat et le beurre de cacahuètes dans la carafe.
- 2 Sélectionner MANUAL COOK, MED puis laisser cuire pendant 20 minutes.
- 3 Durant la cuisson, effectuer des pulsations toutes les 5 minutes.
- 4 Garnir de guimauves et de sirop de chocolat, selon les goûts.



GLACE VANILLE-MYRTHILLES

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME** : 1 MINUTE | **CONGÉLATION** : 15 MINUTES
QUANTITÉ : 4 PORTIONS | **PROGRAMME** : DESSERT

INGRÉDIENTS

95 g de chocolat blanc, cassé en petits morceaux
180 ml de crème semi-épaisse
1 cuillère à café d'extrait de vanille
2 cuillères à soupe de jus de citron
420 g de myrtilles surgelées

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe dans l'ordre indiqué.
- 2 Sélectionner DESSERT.
- 3 Durant le programme, utiliser le poussoir pour pousser les ingrédients vers les lames.
- 4 Retirer la crème glacée de la carafe et la placer au congélateur pendant au moins 15 minutes avant de servir.



SORBET À LA NOIX DE COCO ET À L'ANANAS

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **TEMPS DE MÉLANGE** : 1 MINUTE | **QUANTITÉ** : 4 PORTIONS
PROGRAMME : DESSERT

INGRÉDIENTS

400 g de morceaux d'ananas surgelés
2 petites bananes mûres surgelées
2 cuillères à soupe de jus de citron vert frais
250 ml de lait de coco allégé
2 cuillères à soupe de sirop d'agave
1 cuillère à café de gingembre frais râpé

INSTRUCTIONS

- 1 Placer tous les ingrédients dans la carafe dans l'ordre indiqué.
- 2 Sélectionner DESSERT.
- 3 Durant le programme, utiliser le poussoir pour pousser les ingrédients vers les lames.
- 4 Retirer le sorbet de la carafe et le placer au congélateur pendant au moins 15 minutes avant de servir.

ASTUCE : Congeler l'ananas et les bananes toute une nuit.





CRÈME GLACÉE VANILLE MENTHE POIVRÉE

PRÉPARATION : 5 MINUTES | **DURÉE DU PROGRAMME :** 1 MINUTE | **CONGÉLATION :** 15 MINUTES
QUANTITÉ : 4 PORTIONS | **PROGRAMME :** DESSERT

INGRÉDIENTS

500 ml de crème entière épaisse
250 ml de lait concentré non sucré
10 peppermint sweets (bonbons à la menthe poivrée) ronds
4 cuillères à soupe de sucré glace
½ cuillère à café d'extrait de menthe poivrée
250 ml de lait entier

INSTRUCTIONS

- 1** Mélanger la crème fraîche et le lait concentré. Verser dans des bacs à glaçons et placer au congélateur pendant 8 heures ou une nuit entière.
- 2** Placer les bonbons à la menthe poivrée, le sucre glace, l'extrait de menthe poivrée, le lait et les cubes de crème glacée dans la carafe.
- 3** Sélectionner DESSERT.
- 4** Durant le programme, utiliser le poussoir pour pousser les ingrédients vers les lames.
- 5** Retirer la crème glacée de la carafe et la placer au congélateur pendant au moins 15 minutes avant de servir.

NINJA[®]
Foodi[®]
Blender et
Soup Maker

©2020 SharkNinja Operating LLC

HB150EU_IG_25Recipe_MP_FR_201120_Mv1_FR-FR

AUTO-IQ, FOODI et NINJA sont des marques déposées de SharkNinja Operating LLC.