

LES PURÉES, LES SAUCES, LES SMOOTHIES

POUR MOULINER SANS EXTRACTEUR



On mouline aussi au blender, au mixeur, au robot ménager à gros couteau. L'outil le moins cher : le moulin à légumes (en Belgique : le « passe-vite »). En version ménagère, ces engins électriques coûtent de 25 à 100€, mais ils ne produisent pas les mêmes goûts ou textures que les extracteurs polyvalents. Seul le mortier manuel l'équivaut, pour les aliments broyés. Ces engins existent en version pro (plus performants, plus chers)...



robot à couteau



blender



existe aussi en version mini, pour doses individuelles



mixeur-plongeur



passe-vite (BE) ou moulin à légumes (FR)



Illustration du cône broyeur de l'extracteur Jazz Max. Les cônes broyeurs d'autres marques sont à peu près similaires..



DE LA PANADE POUR BÉBÉ



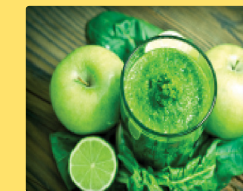
DE LA PURÉE DE POMMES DE TERRE OU DE LÉGUMES



DES GRAINES GERMÉES EN PURÉE DANS DES SANDWICHES CLASSIQUES



DES SMOOTHIES PUR FRUITS



DES SMOOTHIES VERTS



DES CONES GLACÉS



DU PESTO



DU COULIS DE TOMATES



DES SAUCES MINUTES COMME L'ANCHÔIADE

Un extracteur se différencie d'une simple centrifugeuse : il peut fonctionner comme un mortier électrique, lorsqu'on remplace le cône à jus par le cône broyeur. Les résultats sont ceux que l'on pourrait obtenir avec un mouli-légumes (ou « passe-vite » en Belgique), l'huile de bras en moins. Voici quelques recettes rapides et faciles.