

Cuisinart®

美膳雅 使用說明書及食譜



SmartStick®專業型多段速手持式攪拌棒

HB-800PCTW

為確保您的安全及延續產品的使用壽命，請於使用前詳讀所有操作指示說明。

重要安全指南

使用電器用品，特別是在身旁有孩童的時候，請務必遵守基本的安全預防措施，包含以下幾點注意事項：

1. 詳閱所有操作指示說明。
2. 欲進行零件組裝或拆解及清潔工作前或產品未使用時應將裝置從插座上拔除。移除電源時應握住插頭並將其從插座中拔出。切勿以拉扯的方式將電線從插座拔除。
3. 為防止觸電，請勿將此手持式攪拌棒的電源、電源插頭或設備主體放入水或其他液體內。此設備僅有其上的可拆式攪拌刀頭和打發器是被設計為可浸泡於水或其他液體中之組件。切勿將本設備的任何其他部分裝置浸入水中。若馬達機座不慎掉入水中，請立即拔除電源並將該裝置移開。不可在未拔除電源之情況下碰觸液體。
4. 此裝置不適合身體狀況不佳、有感官或精神障礙或缺乏經驗或知識的人使用(包括孩童)。於孩童在場時皆應嚴密監管任何電器用品之使用。大人應協助督導孩童，避免他們將本裝置當成玩具一般對待。
5. 避免接觸任何可動式零件。
6. 於操作過程中務必將手、毛髮、衣物及小鏟與其他器具遠離附加裝置和任何混合容器，以降低人身傷害和/或設備損壞之風險。
您可以使用小刮刀，但唯有在設備停止運作時才可進行使用。
7. 當設備的電線、插頭產生損壞之情形或設備發生故障或掉落或遭任何形式之損毀等情況後，請立即停用該設備，同時應透過客服專線聯繫尋求關於設備檢查、維修或調整之協助。
8. 清洗刀片或攪拌刀頭前應先將可拆式攪拌刀頭由攪拌棒主機上移除。
9. 刀片是非常鋒利的。進行卸除刀頭、安裝主機或清潔時請務必小心謹慎處理。
10. 混合液體時，尤其針對高溫液體，請使用尺寸較高的容器或分批進行少量混合以減少液體溢出、潑濺，以及任何可能導致燒傷之情況。
11. 使用前應檢查儲存混和容器內是否存有異物。
12. 請勿自行使用非由廠商建議之附加裝置或配件之使用，此舉可能導致火災、觸電或受傷之風險。
13. 請勿於戶外使用本產品或將本產品用於非預定之用途。
14. 請勿將任何電線之部分懸掛於桌緣或工作檯邊緣。切勿使電線接觸爐灶或其他任何高溫之表面。

-
15. 於裝上或拆下附加裝置及進行清潔工作前應確保將電器用品的電源關閉，而馬達已停止運轉，且該裝置已從插座上完全拔除。
 16. 使用專用儲存袋存放手持式攪拌棒的儲存配件。
 17. 為降低火災及觸電之風險，請勿於安裝組件之下方操作任何加熱器。
 18. 請勿於庫房內或壁櫥下方使用本電器用品。欲將產品放入電廚具庫中進行保存時，請記得從電源插座上拔下電源插頭。忽略此舉可能造成火災之風險，尤其當電器用品接觸庫房牆面或於關上門時碰觸到該設備裝置。

妥善保存這些指示說明 僅限一般家庭使用

注意事項

本設備附有一極性插頭(其中一個刀片比另一個刀片的寬度要大)。作為安全功能，此插頭只能透過單一種方式插入極化插座。若插頭無法順利插入插座，請將插頭反轉過來。若仍舊無法使用，請尋求專業電工之協助。請勿擅自嘗試破壞此安全功能。

備註：最大額定功率為300W之設定是以最大功率的附加裝置為基準。

目錄

重要安全資訊	2
開箱說明	4
功能說明	4 - 5
混合技巧與提示	6
打發技巧和提示	6
組裝	7
操作	8
清潔和維修工作	9
食譜	10
保固	26

開箱說明

將裝有Cuisinart美膳雅® SmartStick®專業型多段速手持式攪拌棒的外包裝放於一堅固的表面上。移除上方的防護插入物並將手持式攪拌棒從箱內取出。從包裝箱中將該設備輕輕滑出。從包裝箱中取出所有補充材料，接著更換上部的插入物。將外包裝保存好以備需進行重新包裝時使用。

備註：攪拌刀片是極為鋒利的。於首次使用手持式攪拌棒應取一乾淨、沾濕的布料先行將馬達主機上的灰塵或污垢擦乾淨，並用一塊柔軟的吸水布將其徹底拭乾。務必謹慎處理，並使用雙手清洗可拆式攪拌刀頭和其上的固定式刀片。勿直接使用手或洗碗機清洗攪拌棒。使用前請徹底拭乾所有組件，並仔細詳讀所有與操作程序箱關之細節和指示說明。

功能說明

1. **變速控制：**方便使用者為欲混合之食材進行高低速之調整。
2. **鎖定/解鎖按鈕：**使用者須按下此裝置方能解鎖操作。
3. **電源啟動按鈕開關：**只需按下並持續下壓按鈕即可進行混合作業。放開按鈕後，混合程序便會立即停止。
 - 3a. **脈衝功能：**於按住鎖定/解鎖按鈕的同時反覆按下並放開電源啟動按鈕開關以啟用脈衝功能。
4. **舒適把手：**符合人體工程學設計的手柄讓使用者可以更輕鬆操縱這台手持式攪拌棒。
5. **馬達主機：**為攪拌棒提供電力來源。
6. **配件釋放鈕：**按下位於馬達主機後側的釋放按鈕來安裝和拆卸攪拌刀頭和攪拌器之裝配(未顯示)。
7. **可拆式攪拌混合刀頭：**直接裝入馬達主機。固定式不銹鋼刀片(7a)的一小部分由不銹鋼護罩(7b)所覆蓋，其是為了將飛濺降低到最小的程度。
8. **打蛋器：**打蛋器直接裝入連接至馬達主機的變速箱。此打蛋器非常適合用於攪打奶油、蛋白霜和其他美味甜點。
 - 8a. **打蛋器變速箱：**打發器安裝配件。
9. **刻有測量標記的存儲混合容器：**除了存放手持式攪拌棒、電源線和其他配件外，使用者也可利用這個1.9L的容器來混合飲料、奶昔、沙拉醬和其他料理。此混和容器之特殊設計使無漏滴之倒入動作便得更為容易。
10. **LED 指示燈：**藍色的LED燈條指示代表從低至高的速度選擇。



混合技巧與提示

1. 使用攪拌混合刀頭攪拌時，液體的高度距離馬達主體底部的位置間的距離需保持2公分以上。
2. 於不沾鍋或任何不沾黏的烹飪表面上使用時，請注意不要讓攪拌防噴濺罩的邊緣刮傷塗層。
3. 請勿將馬達主體或打發器傳動箱浸泡於水或任何其他液體中。
4. 將固體塊狀食物切成1公分的立方體，以便於混合。
5. 除食譜另有註明，否則應於每次進行混和時先將液體成分倒入混合容器中。
6. 切勿連續使用手動攪拌棒超過1分鐘。為確保獲得最佳之效果，請於每一分鐘之間隔循環保留20至30秒鐘的休息時間。
7. 為避免潑濺，請勿在刀片防噴濺罩還未放入混合物表面下方之前打開手持式攪拌棒，且不可在刀片完全停止運轉前將手持式攪拌棒從混合物中取出。
8. 未使用時，請勿將手持式攪拌棒放在爐灶上的高溫鍋具中。
9. 避免將果核、骨頭或其他堅硬的材料放入攪拌的混合物中。此舉極有可能造成刀片受損。
10. 避免過度注滿混合容器。混合物的水平會於進行攪拌時上升且可能會發生溢出之情況。
11. 製作湯料理或菜泥果泥時，請添加溫水取代冷的液體。此舉將有助於固體與液體之混合。
12. 和緩地進行上下攪拌之動作是均勻混合和融合食材的最佳方法。
13. 欲將空氣攪拌打入至材料中，請持續將刀片的位置保持在液體表面下方。
14. 製作湯泥時請使用手持式攪拌棒於平底鍋或鍋具中輕輕上下攪拌，待將湯汁固體調至所需的濃稠度為止。使用者也可快速將大塊的食材和湯料變成濃稠的濃湯。
15. 此外，手持式攪拌棒更是製作奶泡卡布奇諾咖啡或拿鐵咖啡的理想工具。
16. 使用手持式攪拌棒製作醇厚的肉汁和鍋底醬。

打發技巧和提示

使用攪拌棒的打發器攪打高脂肪的鮮奶油或蛋清。它也可以用於攪拌一般需用手攪拌的任何東西，例如薄餅麵糊或製作歐姆蛋時需使用的雞蛋。

打發蛋清

打發蛋清時，請使用極為乾淨的金屬或玻璃碗，切勿使用塑膠碗進行。塑膠製成的塑膠碗中可能含有隱藏的油脂，而這些油脂會對過於嬌弱精緻的蛋清泡沫造成破壞。為幫助穩定這些蛋白，使用者應在打發前為每個蛋白添加八分之一茶匙的塔塔粉。(若使用銅碗，則不需添加塔塔粉)。打發蛋白霜時應由低速開始逐漸升至高速，直到軟性發泡趨於牢固且不會垂下為止。長時間打發蛋白霜會導致它們變乾，甚至變得不穩定。欲添加糖時，應於軟峰開始逐步形成時將其慢慢加入打發的蛋白中。持續打發直到軟性發泡趨於稠厚且不會垂下為止。

打發鮮奶油

打發高脂肪鮮奶油時，若情況可能且時間許可，請使用一冷凍碗並冷凍攪拌器附加裝置。擁有足夠深度和圓形底部的碗是打發鮮奶油的最佳工具。應於準備進行打發時將奶油從冰箱中取出。視個人喜好，使用者可在軟性發泡或硬性發泡之情況下使用生奶油。可視需求進行調味。為獲得最佳成果，請在低電速下進行攪拌，並於欲進行使用前再開始打發奶油。

存儲混合容器相關之注意事項

存儲攪拌容器不僅可儲藏手持式攪拌棒和所有相關配件，當需進行大量盛裝時，它也可擴展兼作混合、測量和供應之容器使用。在添加任何食物前，請務必從容器中取出所有的存儲的組件並徹底清潔容器。欲使用容器進行混合時，請勿放入熱食。

此存儲混合容器非常適合用來製作冰沙、奶昔和其他冷飲。如同食譜中所提供之建議，在此容器中製作料理時，使用者可將食譜所提供的推薦份量加倍，並輕鬆進行混合。如同一般正常使用時方式，在攪拌時請確保配料不會超過攪拌刀頭的頂部。

使用完畢後，務必於放回存儲容器前徹底清潔並拭乾攪拌棒和所有配件。

組裝

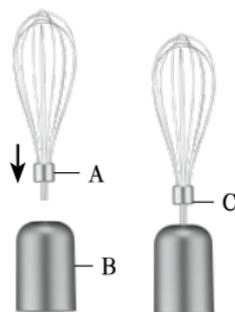
攪拌混和刀頭配件

將馬達主機對準攪拌軸並將所有零件一同推進直至聽到且感覺它們成功連接並發出喀嚓聲。若無法順利進行連接，僅需將馬達主機和攪拌混和刀頭配件稍微拉開並轉個方向，接著再次將各部分組件推在一起，待聽見咔嗒聲為止。

打發器配件

1. 將打發器(A)的末端對準傳動箱(B)的小開口。
2. 將末端推入開口處直到其固定在適當的位置(C)。
3. 將馬達主體與打發器配件接頭對齊，接著同時推入傳動箱和馬達主體本體直至聽見且感覺它們成功連接並發出喀嚓聲。

若無法順利進行連接，僅需將主機和傳動箱稍微拉開並稍微轉個方向，然後再次將各部分接頭推進，待聽見咔嗒聲為止。



操作



1. 按壓鎖定/解鎖按鈕
2. 接著按壓電源啟動按鈕開關
3. 放開鎖定/解鎖按鈕，同時繼續按壓電源啟動按鈕開關

請勿於攪拌棒尚處於運作狀態時按壓鎖定/解鎖按鈕。

混合

經過特殊設計的刀片可用來攪拌、混合及把各種食物碾壓成泥，包括沙拉醬、粉末狀的飲料產品，湯和醬汁。

它也可用來製作乳化的蛋黃醬。

該刀片之設計原理為盡量於混合物中添加最少量之空氣。和緩的上下攪拌模式使您能獲得最美味、濃郁的成果。請勿於操作過程中從液體中取出攪拌混和刀頭。

1. 將攪拌混和刀頭連接到馬達主體。
2. 將電源線插入牆壁上的插座。
3. 將攪拌混和刀頭的刀片端浸入欲攪拌的混合物中。使用者可在混合容器、碗、鍋具或平底鍋中進行混合。
4. 將變速控制器調整至食譜建議之速度。備註：可於混合的過程中隨時改變攪拌的速度。
5. 啟動攪拌棒：

請參考上方的操作圖示1、2、3

1. 按壓鎖定/解鎖按鈕。
2. 接著按壓電源啟動按鈕開關。
3. 放開鎖定/解鎖按鈕，同時繼續按壓電源啟動按鈕開關。

備註：請勿連續進行混合超過六十秒。請於每隔一分鐘的攪拌循環間釋放電源開關並保留20至30秒鐘的暫停時間。

6. 使用完畢後請立即拔除插頭。

打發

1. 將打發器傳動箱插入馬達主體內。(請參考第八頁的打發器配件組裝)
2. 將電源線插入牆壁上的插座。
3. 將打發器放入欲進行混合的混合物中。
4. 將變速控制器調整至所需的速度位置。欲進行攪拌時，請務必遵守第八頁第五項的打發操作指示說明。
5. 使用完畢後請立即拔除插頭。

啟動脈衝功能

1. 按壓鎖定/解鎖按鈕。
2. 接著按壓電源啟動按鈕開關。
3. 於持續按住鎖定/解鎖按鈕的同時反覆按下並釋放電源啟動按鈕開關以啟用脈衝功能直到所有食材達到所需的濃度為止。

清潔和維修工作

SMART STICK® 專業型多段速手持式攪拌棒

於每次使用後徹底清潔馬達主體和攪拌混和刀頭。

按下配件釋放鈕將攪拌混和刀頭由馬達主機上拆除。注意僅能使用海綿或濕布清潔馬達主體。請勿使用可能會對表面造成刮傷的刺激性清潔劑。欲清潔攪拌混和刀頭時請使用中性清潔劑在熱水中用手進行洗滌。不可使用洗碗機清洗攪拌混和刀頭。於清潔過程中應隨時留意固定安裝之配備與鋒利的刀片邊緣。

不可將馬達主機浸泡於水中。

當設備發生故障或以任何種方式不慎掉落或遭受損壞或無法正常運行時，請將該電子用品送回美膳雅維修中心進行檢查、維修或進行機械或電位調整之工作。所有維修相關之工作皆應由授權的維修代表人員執行。

打發器配件

欲進行打蛋器的清潔工作時，請按下配件釋放鈕以將其從馬達主體上拆除。將各部分的組成零件分開以順利將金屬球型打蛋器由變速箱上取下。清理變速箱時，使用一塊乾淨的濕布擦拭即可。使用溫的清潔劑水清洗金屬打蛋器或將其放入洗碗機中。不可將變速箱浸泡於水或任何其他液體中。除一般清潔和正常用戶維護以外的任何保養或維修服務工作皆應由美膳雅服務代表人員親自執行。

存儲混合容器量杯

未使用本產品時，應拔除手持式攪拌棒之電源並將所有零件擦拭乾淨後放回存儲物架上的指定位置。所有裝置設備皆應放置在安全、乾燥且兒童無法觸及的地方。使用中性清潔劑和溫水清洗存儲容器。在將存儲混合容器放回儲物架並進行手持式攪拌棒和所有零件之存放前應確保其已處於完全乾燥之狀態。

食譜

冰沙和飲品

元氣滿分早餐奶昔.....	11
能量充沛高蛋白冰沙.....	11
健康水果冰沙.....	12
熱帶冰沙.....	12
陽光可樂達.....	13
三重巧克力奶昔.....	13
羅勒檸檬汁.....	14

早餐/早午餐

蓬鬆炒蛋.....	14
酪乳鬆餅.....	15

沾醬/沙拉醬/調味醬

鷹嘴豆泥.....	16
美乃滋(蛋黃醬).....	16
番茄醬.....	17
奶油香檳油醋汁.....	17
經典凱撒沙拉醬.....	18
檸檬蒔蘿醬.....	18
燒烤甜椒和番茄醬汁.....	19
巧克力辣椒醬.....	20

湯品

冬季白腰豆湯.....	21
春季蘆筍韭蔥湯.....	22
夏季青瓜湯.....	23
秋季紅蘿蔔生薑湯.....	23

甜點

果酪甜點.....	24
草莓海綿蛋糕.....	25

冰沙和飲品

元氣滿分早餐奶昔

一杯營養滿分的奶昔！製作這款冰沙當早餐為上路前做好萬全準備。
冷凍的水果材料還會幫它保冰喔！

製作大約450毫升的份量

- 1條 冰凍香蕉，切成1公分大小的碎塊
- 1 湯匙磨碎的亞麻籽(依照個人喜好)
- ½ 杯芒果(新鮮或冰凍，切成二分之一英吋大小的碎塊)
- 3顆 草莓，去蒂、對半
- ½ 杯低脂優格
- ½ 杯果汁

1. 將所有上述之食材按順序放入一只高腳杯中。
2. 使用攪拌混和刀頭，由低速的攪拌模式開始，然後逐漸增至高速直到其變為平滑綿密，大約45至60秒鐘的時間。
3. 立即食用。

升級您的餐點：您可按照用餐人數增加此料理的份量。使用提供的存儲混合容器製作更多的份量，需另額外增加10至15秒鐘的攪拌時間。

每份量所含之營養成分 (225毫升):

181大卡 (11%來自油脂) • 碳水化合物38克 • 蛋白質 4克 • 脂肪 2克 • 飽和脂肪0克 • 膽固醇 4毫克 • 鈉 43毫克 • 鈣 111毫克 • 纖維 4克

能量充沛高蛋白冰沙

運動健身後的最佳混合飲品。快來喝一杯吧

製作大約450毫升之份量

- ½ 杯鳳梨(切成1公分大小的碎塊)
- 1 杯芒果(新鮮或冰凍，切成1公分大小的碎塊)
- 1 條香蕉，切成1公分大小的碎塊
- 2 湯匙蛋白粉
- ⅓ 杯 香草或原味優格
- ½ 杯椰奶或低脂牛奶

1. 將所有上述之食材按順序放入一杯中。
2. 使用攪拌混和刀頭，由低速的攪拌模式開始，然後逐漸增至高速直到其變為平滑綿密，大約45至60秒鐘的時間。
3. 立即食用

升級您的餐點：您可按照用餐人數增加此料理的份量。使用提供的存儲混合容器製作更多的份量，需另額外增加10至15秒鐘的攪拌時間。

每份量所含之營養成分 (225毫升):

270 大卡(40% 來自油脂) • 碳水化合物 38g克 • 蛋白質 6克 • 脂肪 13克 • 飽和脂肪 11克
膽固醇 5毫克 • 鈉 68毫克 • 鈣 89毫克 • 纖維 4克

健康水果冰沙

此料理適用於任何一種水果或果汁。

製作大約580毫升的份量。

- 1½ 杯綜合水果(新鮮或冰凍, 切成1公分大小的碎塊)
- ½ 條香蕉(切成1公分大小的碎塊)
- 1¼ 杯石榴汁或柳橙汁

1. 將所有上述之食材按順序放入一只高腳杯中。
2. 使用攪拌軸, 由低速的攪拌模式開始, 然後逐漸增至高速直到其變為平滑綿密, 大約45至60秒鐘的時間。
3. 立即食用。

升級您的餐點: 您可按照用餐人數增加此料理的份量。使用提供的存儲混合容器製作更多的份量, 需另額外增加10至15秒鐘的攪拌時間。

每份量所含之營養成分 (290毫升):

191 大卡(4% 來自油脂) · 碳水化合物 22克 · 蛋白質 0克 · 脂肪 1克 · 飽和脂肪 0克 膽固醇 0毫克 · 鈉 4毫克 · 鈣 16毫克 · 纖維 4克

熱帶冰沙

當身體不舒服、感到難過或低落時, 這款富含維他命C的冰沙將為您帶來前所未有的振奮體驗。

製作大約450毫升的份量

- ½ 杯新鮮的鳳梨 (切成1公分大小的碎塊)
- 1 杯蜜瓜 (切成1公分大小的碎塊)
- 2 顆奇異果, 切成1公分大小的立方體 (約¾杯的小方塊)
- 1 杯柳橙汁或蘋果汁

1. 將所有上述之食材按順序放入一只高腳杯中。
2. 使用攪拌混和刀頭, 由低速的攪拌模式開始, 然後逐漸增至高速直到其變為平滑綿密, 大約45至60秒鐘的時間。
3. 立即食用。

升級您的餐點: 您可按照用餐人數增加此料理的份量。使用提供的存儲混合容器製作更多的份量, 需另額外增加10至15秒鐘的攪拌時間。

每份量所含之營養成分 (225毫升):

153大卡 (4% 來自油脂) · 碳水化合物 38克 · 蛋白質 2克 · 脂肪 1克 · 飽和脂肪0克 膽固醇 0毫克 · 鈉 16毫克 · 鈣 46毫克 · 纖維 3克

陽光可樂達

用一整壺滿滿的美味可樂達調酒為您下一個派對暖身吧

製作六份225毫升的份量

- 1½ 杯冰凍桃子(切成1公分大小的立方塊)
- 2 杯新鮮鳳梨(切成1公分大小的碎塊)
- 1½ 條香蕉, 每條切成四塊
- 6 盎司(170毫升)椰漿
- 6 盎司(170毫升)淡蘭姆酒
- 1½ 杯柳橙桃子芒果汁

1. 將所有上述之食材按順序放入存儲混合容器中。
2. 使用攪拌混和刀頭，由低速的攪拌模式開始，然後逐漸增至高速。和緩地進行上下攪拌之動作直到所有食材變為平滑綿密，大約1分鐘的時間。
3. 立即食用或加入冰塊。

每份量所含之營養成分 (225毫升):

240 大卡 (24%來自油脂) • 碳水化合物 46克 • 蛋白質 1克 • 脂肪 5克 • 飽和脂肪 5克 膽固醇 0毫克 • 鈉 21毫克 • 鈣 14毫克 • 纖維 3克

三重巧克力奶昔

無與倫比的終極版巧克力甜點

製作大約450毫升的份量

- 2 杯頂級巧克力冰淇淋
 - ½ 湯匙椰子粉
 - 1½ 湯匙巧克力糖漿
 - ¾ 杯牛奶 (任一種牛奶皆可, 全脂、減脂或脫脂)
- 擺盤裝飾: 鮮奶油、巧克力碎屑或椰子粉

1. 將所有上述之食材按順序放入一只高腳杯中。
2. 使用攪拌混和刀頭並調整至低速的攪拌模式。和緩地進行上下攪拌之動作直到所有的食材皆已完美融合，大約30至40秒鐘的時間。
3. 使用鮮奶油及巧克力碎屑或椰子粉點綴於上方。

升級您的餐點：您可按照用餐人數增加此料理的份量。使用提供的存儲混合容器製作更多的份量，需另額外增加10至15秒鐘的攪拌時間。

每份量所含之營養成分 (225毫升; 基於2% 的牛奶):

597大卡 (55% 來自脂肪) • 碳水化合物 55克 • 蛋白質 11克 • 脂肪 37克 • 飽和脂肪 22克 c膽固醇 233毫克 • 鈉 142毫克 • 鈣 339毫克 • 纖維 3克

羅勒檸檬汁

這杯檸檬汁裡的少許羅勒點綴是對於經典飲品來說一種煥然一新的神其變化。

製作大約800毫升的份量

- 6 盎司(170毫升)新鮮檸檬汁
- 10 盎司(280毫升)簡單糖漿 * (或按個人口味冷凍品嚐)
- 6 大片羅勒葉
- 12 盎司(340毫升)冷水

1. 將所有上述之食材按順序放入存儲混合容器中。
2. 使用攪拌混和刀頭，由低速的攪拌模式開始，然後逐漸增至高速直到羅勒被切碎、所有食材變為平滑綿密為止。
3. 可採用過濾的方式將切碎的羅勒葉挑出，或跟著羅勒葉一起進行食用。
*簡單糖漿即是將糖溶於水中。要製作簡單糖漿，將等量的水和砂糖放於平底深鍋後使用中小火烹煮。待砂糖充分溶解後便完成糖漿的製作。使用前請先將糖漿進行冷卻。

每180毫升之份量所含之營養成分：

154大卡 (0% 來自油脂) · 碳水化合物40克 · 蛋白質 0克 · 脂肪 0克 · 飽和脂肪0克
膽固醇 0毫克 · 鈉 1毫克 · 鈣 4毫克 · 纖維 0克

早餐/早午餐

蓬鬆炒蛋

攪拌直至起泡後用小火烹煮，這些雞蛋既滑順又美味可口。

製作二到三人份

- ¼ 杯新鮮的歐芹或他種新鮮的草本植物
- 6 顆大雞蛋
- 2 湯匙液態動物性鮮奶油
- ¼ 茶匙猶太鹽
- 少量現磨的黑胡椒粉
- ¼ 杯碎起司 (依照個人偏好使用, 或使用手邊現成的配料即可)
- ½ 湯匙無鹽奶油, 放入鍋內

1. 將歐芹放入一只可攪拌的杯中。使用攪拌混和刀頭由低速循序漸進轉至高速直到差不多切碎；放至一旁保留。
2. 將雞蛋、奶油、鹽和胡椒放入一中型的攪拌碗中。使用打發器，調整至低速進行混合直到起泡。加入歐芹和乳酪攪拌。
3. 將奶油放入不沾鍋中，使用低火/中火加熱。待融化後加入雞蛋混合物。使用耐熱的小鏟將雞蛋從鍋的邊緣和底部移開，以便均勻烹飪。欲使雞蛋變得柔軟蓬鬆，您須不斷在鍋中移動它們使產生勻稱且一致的效果。
4. 雞蛋煮熟後方能立即食用。

每份量所含之營養成分 (以三人份為基準)：

229大卡 (70% 來自油脂) · 碳水化合物2克 · 蛋白質 15克 · 脂肪 17克 ·
飽和脂肪 8克 膽固醇 399毫克 · 鈉 352毫克 · 鈣 134毫克 · 纖維 0克

酪乳鬆餅

最適合全家大小一同享用的美味薄餅

製作16塊四吋的煎餅

- 1½ 杯非漂白的中筋麵粉
- 1½ 茶匙泡打粉
- ½ 茶匙小蘇打
- ¼ 茶匙猶太鹽
- ¼ 茶匙磨碎的肉桂粉

少量現磨肉豆蔻

- 2 顆大雞蛋
- 1¾ 杯低脂酪乳
- 1½ 湯匙純楓糖漿
- ½ 茶匙純香草精
- 2 湯匙葡萄籽或植物油, 無鹽奶油, 放入煎鍋

1. 將麵粉、泡打粉、小蘇打、鹽、肉桂和肉豆蔻放入一中型至大型的碗中。使用攪拌器進行低速混合後放置一旁保留。
2. 將剩餘的食材放入一寬大的量杯或碗中。使用打發器進行低速混合。
3. 用中火預熱不粘鍋(或使用Cuisinart® 煎烤器設定從175° C至190° C)。
4. 進行遇熱時, 將液體混合物逐漸加到乾的配料中, 同時進行低速攪拌。攪拌直到混合均勻且麵糊呈現略微結塊的不光滑狀態。
5. 當煎鍋加熱完成時, 加入一茶匙的奶油。待奶油融化後將½杯量(使用量杯)的麵糊均勻地倒在煎鍋上。烹煮薄煎餅直到氣泡形成, 大約3至4分鐘的時間; 將鬆餅翻面繼續烹煮直到完成, 大約需要2至3分鐘的時間。
6. 把薄餅移至熱盤中進行食用。每煎完一批薄餅時, 您便可將它們放在一低火烤箱中的烤盤金屬絲架上進行保溫(95° C)。重覆方才的動作直到所有麵糊皆用完為止。

每份鬆餅所含之營養成分:

80大卡 (31% 來自油脂) · 碳水化合物11克 · 蛋白質 3克 · 脂肪 3克 · 飽和脂肪1克
膽固醇 25毫克 · 鈉 221毫克 · 鈣. 46毫克 · 纖維 0克
沾醬/沙拉醬/調味醬

沾醬/沙拉醬/調味醬

鷹嘴豆泥

這是最基本的鷹嘴豆泥。您可依喜好自行加入煮熟的紅辣椒、烤甜菜根或新鮮香草稍加變化。

製作大約兩杯的份量

- 1 瓣蒜頭
- 1 罐鷹嘴透 (約450毫升), 洗淨並瀝乾
- ¼ 杯調味芝麻醬
- 2 湯匙新鮮檸檬汁
- 1 茶匙猶太鹽, 或按個人口味
- ¼ 茶匙孜然
- 少量現磨的黑胡椒
- ½ 湯匙百里香 (依照個人喜好使用)
- ½ 杯水 (需要時可放入更多)

將所有食材放入一寬大的量杯或存儲混合容器。使用攪拌混和刀頭由低速循序漸進轉至高速直到混合均勻。若偏好食用較薄的鷹嘴豆泥, 可試著加入更多的水。調整調味料的份量進行品嚐。

每份量所含之營養成分 (2湯匙量):

42 大卡(35%來自油脂) · 碳水化合物 5克 · 碳水化合物 2克 · 脂肪 2克 · 飽和脂肪 0
克 膽固醇 0毫克 · 鈉 69毫克 · 鈣 30毫克 · 纖維 0克

美乃滋(蛋黃醬)

您會感到異常驚訝原來在家自己動手做美乃滋是一件多麼易如反掌的事情。生蛋黃是最理想的搭配材料, 因此建議使用新鮮的本地雞蛋。

製作大約一杯的份量

- ¼ 杯殺菌蛋液產品;或者您也可用2顆生蛋黃作為替代-務必使用可信賴來源出產的新鮮雞蛋
- 1½ 湯匙新鮮檸檬汁
- 1 茶匙水
- 1 茶匙第戎芥末醬
- ½ 茶匙砂糖
- ½ 茶匙猶太鹽, 少量現磨白胡椒粉
- ¾ 杯葡萄籽或植物油

1. 將所有上述之食材按順序放入一只高腳杯中。靜置約一分鐘的時間。使用低速模式的攪拌混和刀頭進行攪拌直至混合物開始變得濃稠。進行混合時須確保金屬刀片完全浸沒於混合物中。
2. 持續進行緩和的上下攪拌之動作直到所有趨於濃稠, 大約30秒鐘的時間。
3. 開始品嚐並按個人口味調整調味料之份量。

每份量所含之營養成分 (1 湯匙, 以蛋黃料理之食譜為基準):

90大卡 (96% 來自油脂) · 碳水化合物 0克 · 蛋白質 0克 · 脂肪 10克 · 飽和脂肪1克
膽固醇 23毫克 · 鈉 69毫克 · 鈣 1毫克 · 纖維 0克

番茄醬

用這款自製的番茄醬讓下一回參加烤肉派對的客人大大開眼界。

製作大約兩杯的份量

- ½ 湯匙橄欖油
- 1 瓣切碎的蒜頭
- ½ 顆切碎的中等大小洋蔥
- 1 罐 (14.5 盎司) 切丁番茄, 將汁液排出
- 1 罐 (6 盎司) 番茄糊
- ½ 杯暗紅糖
- ⅓ 杯果醋
- ¾ 茶匙猶太鹽
- ½ 茶匙乾芥末
- ¼ 茶匙肉桂粉
- 少量現磨的黑胡椒粉
- ¼ 茶匙多香果粉

1. 將油倒入一中型煎鍋並使用中小火進行加熱。加入大蒜合洋蔥。於平底鍋內進行煎炒至其變軟, 需大約五分鐘的時間。
2. 將炒過的蔬菜放入一只寬大的量杯中。放入其他食材。使用低速模式的攪拌棍和刀頭進行攪拌直至混合物開始變得濃稠且平滑柔順。進行混合時確保金屬刀片完全浸沒於混合物的表面下方。
3. 按個人口味調整調味料之份量。

每份量所含之營養成分 (1 湯匙):

20大卡 (10%來自脂肪) · 碳水化合物5克 · 蛋白質 0克 · 脂肪 0克 飽和脂肪0克 · 膽固醇 0毫克 · 鈉 85毫克 · 鈣 5毫克 · 纖維 0克

奶油香檳油醋汁

此道令人食指大動的油醋汁絕對讓您一試成主顧。

製作大約一杯的份量

- 1 瓣蒜頭
- 1 條青蔥, 切成1公分的碎片大小
- 1 湯匙第戎芥末醬
- ¼ 茶匙猶太鹽
- 少量現磨的黑胡椒粉
- 2½ 湯匙的香檳醋
- ¾ 杯特級冷壓橄欖油

1. 將所有上述之食材, 除橄欖油外, 放入一只高腳杯中。使用低速進行攪拌將大蒜青蔥打碎。一次放入四分之一杯的油, 然後進行混合直至乳化。
2. 將所有食材通通放入, 而後使用低速模式持續進行攪拌約30分鐘的時間。

每份量所含之營養成分(1 湯匙):

93大卡 (90%來自脂肪) · 碳水化合物 1克 · 蛋白質 0克 · 脂肪 11克 · 飽和脂肪2克 膽固醇 0毫克 · 鈉 57毫克 · 鈣 1毫克 · 纖維 0克

經典凱撒沙拉醬

歷久彌新的私房經典料理

製作大約三分之二杯的份量

- 1 小瓣蒜頭 3至4塊鯤魚片
- 2 湯匙蛋液替代物 (您也可使用一顆新鮮的生蛋黃
– 務必使用可信賴來源出產的新鮮雞蛋 – 或使用2 湯匙的蛋黃醬)
- 1 茶匙第戎芥末醬
- 2 茶匙新鮮檸檬汁
- 2 茶匙紅酒醋
- 1 茶匙伍斯特醬
- ¼ 茶匙少量現磨的黑胡椒
- ½ 杯特級冷壓橄欖油

1. 將所有上述之食材，除橄欖油外，放入一只高腳杯中。使用低速模式進行攪拌直到所有食材皆混合均勻。使用中速進行攪拌時，緩慢且等速等量地加入橄欖油使調味料乳化。
2. 將所有食材通通放入後，使用低速模式持續攪拌混合物約30秒鐘的時間。

每份量所含之營養成分 (以 1湯匙為基準)：

73大卡 (95% 來自油脂) · 碳水化合物19克 · 蛋白質 0克 · 脂肪 8克 ·
飽和脂肪1克 膽固醇 19毫克 · 鈉58毫克 · 鈣 4毫克 · 纖維0克

檸檬蒔蘿醬

這是最老少咸宜的黃瓜薄片菜單。

製作大約一杯的份量

- ½ 湯匙香檳醋(您也可用雪莉醋作代替)
- 1 條青蔥, 切成1公分的碎片大小
- 1 小瓣蒜頭
- 1 湯匙第戎芥末醬
- 3 湯匙新鮮柳橙汁
- 1 湯匙新檸檬汁
- 1 湯匙酸橙汁
- 3 湯匙新鮮蒔蘿
- ¼ 茶匙猶太鹽
- 少量現磨黑胡椒粉
- ½ 杯特級冷壓橄欖油

1. 將所有上述之食材，除橄欖油外，放入一只高腳杯中。使用攪拌混和刀頭用低速至中速進行攪拌將大蒜合青蔥打碎。一次放入四分之一杯的油，然後逐漸轉至高速進行混合直至乳化。
2. 將所有食材通通放入，而後使用低速模式持續進行攪拌約30秒鐘的時間。

每份量所含之營養成分(以 2湯匙為基準)：

128大卡 (94% 來自油脂) · 碳水化合物2克 · 蛋白質 0克 · 脂肪14克 ·
飽和脂肪2克 膽固醇 0毫克 · 鈉 113毫克 · 鈣 3毫克 · 纖維 0克

燒烤甜椒和番茄醬汁

這是一款終極萬用醬，也很適合用來搭配烤雞肉或義大利麵料理

製作大約四杯的份量

- 2 茶匙橄欖油
- 1 顆中型洋蔥, 切成1公分大小的碎塊
- 1 胡蘿蔔, 切成1公分大小的碎塊
- 1 芹菜, 切成1公分大小的碎塊
- 2 瓣蒜頭
- 1 茶匙乾燥羅勒
- 1/3 杯乾白葡萄酒或苦艾酒
- 3 顆義大利燒烤甜椒, 切成1公分大小的碎塊
- 2 湯匙番茄醬汁
- 2 罐 (約430毫升) 切丁的番茄, 帶汁液
- 3/4 茶匙猶太鹽
- 1/4 茶匙現磨黑胡椒粉
- 1/8 茶匙乾燥辣椒片, 或按個人喜好添加

1. 將橄欖油倒入一只中型的平底鍋中並用中火加熱。待加熱完成後，放入洋蔥，胡蘿蔔，芹菜，大蒜和羅勒。將鍋子稍微蓋上並悶煮至蔬菜變軟但不至於過老，大約6至8分鐘的時間。加入白酒/苦艾酒並攪拌至收汁（從鍋底刮起棕色的碎屑放入混合物中）；烹煮至完全蒸發為止。接著放入烤甜椒、番茄醬、帶汁的番茄、鹽、胡椒粉和辣椒粉。煮沸後將鍋子稍微蓋起並降低其溫度使其用文火燉煮，大約35至40分鐘的時間。打開鍋蓋後再繼續燉煮15至20分鐘，使其變得更加濃稠。
2. 使用低速模式的攪拌混和刀頭攪拌至泥狀。若使用較大的平底鍋，則將平底鍋稍朝外側傾斜，確保攪拌混和刀頭的防護罩完全浸沒以防止飛濺。
3. 按個人口味調整調味料之份量。

每份量所含之營養成分 (四分之一杯)：

29 大卡(18% 來自油脂) · 碳水化合物 5克 · 蛋白質 1克 · 脂肪 1克 · 飽和脂肪 0克
膽固醇 0毫克 · 鈉 216毫克 · 鈣 15毫克 · 纖維 1克

巧克力辣椒醬(摩爾混醬)

摩爾混醬有許多不同種類的口味和型態。

我們的較偏向風味濃郁卻溫和的口感，特別適用於雞肉和飯類料理。

製作四分之一杯的份量

- 2 湯匙橄欖油
- 1 顆切碎的中型洋蔥
- 3 瓣切碎的蒜頭
- 2 湯匙辣椒粉
- ¼ 湯匙肉桂粉
- ¼ 湯匙孜然粉
- ¼ 湯匙磨碎的香菜
- 1 茶匙猶太鹽
- 1 切成小塊的墨西哥玉米片
- ¼ 杯考杏仁
- 2 湯匙天然花生醬
- 3 罐 (各110至140 毫升) 切碎的青辣椒
- 1 大罐 (800毫升) 切丁番茄, 汁液已排出
- 1½ 杯低鈉雞湯
- ¼ 杯葡萄乾
- 2 湯匙椰子粉
- 1 茶匙砂糖

1. 將橄欖油倒入一只中型的平底鍋中並用中火加熱。放入油蔥進行拌炒直至其變軟並呈半透明狀，大約5至8分鐘的時間。把溫度調低後加入大蒜。攪拌至其覆蓋上一層油和香氣。放入香料和鹽。烹煮至香料皆均勻分佈並覆蓋在洋蔥和大蒜上，大約一分鐘的時間。拌入玉米片、杏仁和花生醬，接著再加入其餘的食材一起攪拌混合。蓋上鍋蓋並用中火將之煮沸。降低溫度，以小火烹煮約45分鐘的時間，稍微將鍋子蓋上並於過程中不時攪拌。
2. 醬汁煮熟後，使用攪拌棍和刀頭低速攪拌使成泥狀。若使用較大的平底鍋，則將平底鍋朝外側傾斜，確保攪拌棍和刀頭的防護罩完全浸沒以防止飛濺。若醬汁太過濃稠，可加入多一點高湯進行稀釋。
3. 按個人口味調整調味料之份量。

每份量所含之營養成分 (2 湯匙)：

36 大卡(48% 來自油脂) · 碳水化合物4克 · 蛋白質 1克 · 脂肪 2克 · 飽和脂肪0克 膽固醇 0毫克 · 鈉 180毫克 · 鈣 17毫克 · 纖維 1克

湯品

冬季白腰豆湯

風味香醇濃郁的奶油湯品，在還冷的冬日為您帶來溫暖。
若您手邊缺少火腿，使用培根也會是很棒的滋味。

製作約六杯的份量

- 1 湯匙橄欖油，分批使用
- 1 盎司(30毫升)切碎的火腿 (2薄片)
- 1 瓣切碎的蒜頭
- 1 顆切碎的中型洋蔥
- 1 根切碎的芹菜
- 1 湯匙乾白葡萄酒或苦艾酒
- 2 罐(各430毫升)白腰豆，汁液已排出(或450公克乾燥的、浸泡一整夜的豆子)*
- 1 小枝迷迭香
- 1 月桂葉
- ¼-½ 茶匙猶太鹽
- 少量現磨黑胡椒粉
- 5 杯低鈉雞湯或蔬菜高湯 裝飾用帕馬森碎起司

1. 用中大火加熱1/2湯匙的油。放入火腿後快速煎炒。帶口感便為酥脆後，夾起火腿並放置一旁做作保留。
2. 加入剩餘的油，並將火候調整降低至中火。加熱完全後再放入大蒜、洋蔥和芹菜。翻炒爆香直至所有食材軟化，大約8至10分鐘的時間。倒入白酒/苦艾酒，然後持續攪拌至收汁(從鍋底刮起棕色的碎屑放入混合物中)；繼續進行烹煮待其完全蒸發。放入豆子、迷迭香、月桂葉、鹽和胡椒，然後進行攪拌混合。持續加熱直到所有的豆子變熟為止。倒入高湯並調高溫度使其煮至沸騰。煮沸後將鍋蓋稍微蓋起並改用文火燉煮大約60至75分鐘的時間。取出迷迭香和肉桂葉。
3. 使用攪拌棍和刀頭進行低速攪拌直至湯品呈現泥狀。若使用較大的平底鍋，則將平底鍋稍朝外側傾斜，確保攪拌棍和刀頭的防護罩完全浸沒以防止飛濺。
4. 依照個人喜好調整調味料之份量。撒上意大利燻火腿和/或磨碎的帕馬森起司做裝飾。

*使用浸泡、乾燥的豆子時，您須同時放入更多的高湯和鹽。

每份量所含之營養成分 (以 1 杯的份量为基準)：

321大卡 (14%來自脂肪) · 碳水化合物 44克 · 蛋白質 24克 · 脂肪 5克 · 飽和脂肪 1克 膽固醇 3毫克 · 鈉 873毫克 · 鈣 142毫克 · 纖維 16克

春季蘆筍韭蔥湯

這道清爽又新鮮的春季湯品絕對會成為您餐桌上最受歡迎的菜餚。

製作約八杯的份量

- 2 湯匙無鹽奶油
- 2 瓣切碎的大蒜
- 2 條中型韭菜，僅使用白色和淺綠色的部分，洗淨並切成薄片
- 2 大串蘆筍 (大約 900至 1350公克)，減去較粗糙的末端並切成1公分大小的碎片(將尖端移除後放置一旁做保留) – 依照個人偏好 (請參考步驟三的說明)
- 1 顆大塊的馬鈴薯(大約 230毫升)，去皮並切成薄片後放入水中以防止其氧化
- 4 湯匙乾白葡萄酒或科涅克白蘭地1-1½茶匙猶太鹽，按個人口味添加
- ¼ 茶匙現磨黑胡椒粉
- 5 杯低鈉蔬菜高湯(越清澈則高湯的顏色會更青綠)
- 1 茶匙新鮮檸檬 裝飾用法式酸奶油和碎韭菜

1. 將奶油放入一只中型的平底鍋中並用中火加熱。放入大蒜和韭菜；進行攪拌直到聽見微微的嘶嘶聲，接著蓋上鍋蓋已排出韭菜多餘的水分，約5至10分鐘的時間待其完全變軟。
2. 將蘆筍和馬鈴薯放入鍋內。進行攪拌使所有蔬菜均勻覆蓋，然後持續翻炒直至其變軟。倒入白葡萄酒或白蘭地，攪拌直至其慢慢蒸發。加入鹽和黑胡椒粉後一併拌入蔬菜湯。將混合物煮沸後改用文火燉煮。持續以小火燉煮直到所有的蔬菜都變得滑嫩順口，大約20至25分鐘的時間。
3. 燉煮湯品的同時須將蘆筍頭分開進行蒸煮約5至8分鐘的時間直到其呈現軟嫩酥脆的狀態。可將蓬亂的尖端放入冰水中以維持其亮麗的鮮綠色。待冷卻後再將尖端縱切成薄片作為裝飾使用。(備註：這個步驟是一個人喜好進行，不過呈現出來的效果可是非常賞心悅目的呢。)
4. 當所有蔬菜都變軟後，使用低速模式的攪拌混和刀頭攪拌至泥狀。若使用較大的平底鍋，則將平底鍋朝外側傾斜，確保攪拌混和刀頭的防護罩完全浸沒以防止飛濺。
5. 拌入檸檬汁。依照個人喜好調整調味料之份量。
6. 建議立即食用並取少許法式酸奶油、蘆筍端和碎韭菜進行點綴。

每份量所含之營養成分 (以六人份為基準)：

97 大卡 (26% 來自油脂) · 碳水化合物 13克 · 蛋白質5克 · 脂肪35克 · 飽和脂肪2克 膽固醇 8毫克 · 鈉650毫克 · 鈣 45毫克 · 纖維 3克

夏季青瓜湯

一個能在夏日將果園裡多餘的南瓜全部用完的絕妙方法，冷熱皆可食用喔！

製作大約六杯的份量(未含奶油)

- 1 湯匙無鹽奶油或橄欖油
- 2 條中型韭菜, 取白色和淺綠色的部分, 洗淨後切成薄片
- 1 根切成小方塊的中型芹菜
- 2 瓣碾碎的蒜頭
- 4 顆中型南瓜 (大約900公克), 切片
- 8 盎司(230毫升)白肉馬鈴薯(蠟質型), 去皮後切成1公分大小的碎塊
- 1½ 茶匙猶太鹽, 分批使用
- ¼ 茶匙現磨的黑胡椒粉
- ½ 杯乾白葡萄酒
- 3½ 杯低鈉雞湯
- 2 湯匙切碎的新鮮薄荷葉 (約六片中型葉)
- 2 湯匙切碎的新鮮羅勒葉(約3至4片大型葉)
- ¼ 杯動物性鮮奶油 (依個人喜好)

1. 將奶油放入一只中型的平底鍋中並用中火加熱。待奶油融化後加入韭菜、芹菜和大蒜。使用中火拌煮直到蔬菜變軟，大約8至10分鐘的時間。
2. 軟化後放入南瓜和馬鈴薯，連同一茶匙的鹽和胡椒粉；將所有的食材進行攪拌直到均勻混合覆蓋。待材料皆均勻混合覆蓋後再倒入白酒。以小火燉煮直到幾乎蒸發為止。將高湯倒入並加熱至沸騰。煮沸後改用文火燉煮。持續燉煮直到所有的蔬菜變得柔嫩，約20至25分鐘的時間。
3. 當所有蔬菜皆變軟時，加入新鮮的香草並使用低速模式開始進行攪拌。為使混合程序進行地更順利，將平底鍋稍微朝外側傾斜以確保攪拌混和刀頭的防護罩完全浸沒於混合物的表面下方。持續攪拌直至混合物完全變成泥狀。
4. 立即品嚐並按個人喜好調整調味料之份量。必要時可將剩餘的鹽巴一同放入。
5. 欲使用奶油，則應在攪拌結束時進行添加。在調整調味料的份量之前，先拌入奶油並以文火燉煮大約5至10分鐘的時間。

每份量所含之營養成分 (以六人份的無奶油湯品為基準)：

109 大卡(17% 來自油脂) · 碳水化合物 16克 · 蛋白質 4克 · 脂肪2克 · 飽和脂肪1克 膽固醇 5毫克 · 鈉 911毫克 · 鈣 50毫克 · 纖維 3克

秋季紅蘿蔔生薑湯

生薑帶給此道宜人湯品耳目一新的滋味。

製作大約五杯的份量

- 2 湯匙特級冷壓橄欖油
- 2 切碎的青蔥
- 1 湯匙切成小碎片的鮮薑
- 1 茶匙猶太鹽, 分批使用
- ½ 茶匙新鮮黑胡椒粉, 分批使用
- 2 磅切成薄片的胡蘿蔔

-
- ½ 茶匙孜然粉少量丁香粉
 - ¼ 茶匙肉桂粉
 - 5 杯低鈉蔬菜或雞高湯
 - ½ 茶匙新鮮檸檬汁

1. 將橄欖油倒入一只平底鍋中並用中低火加熱。待加熱完成後放入青蔥、生薑和各一撮鹽及胡椒。翻炒爆香直至所有的蔬菜變軟，約五分鐘的時間。加入胡蘿蔔並將火候調整至中/中大火。持續翻炒2至3分鐘，或待胡蘿蔔加熱完成並開始變得柔嫩滑順。加入剩餘的鹽、胡椒粉和香料並與胡蘿蔔攪拌均勻直至充分混合。倒入高湯並待其煮沸。將溫度調低並改用文火燉煮高湯約25至30分鐘的時間，避免將鍋蓋闔上（胡蘿蔔須烹煮至完全軟嫩為止）。
2. 拌入檸檬汁並使用攪拌棍和刀頭進行低速混合。和緩地進行上下攪拌之動作直到所有的食材皆已完美融合，呈現平滑柔順的口感。為使混合程序進行地更順利，將平底鍋稍微朝外側傾斜以確保攪拌棍和刀頭的防護罩完全浸沒於混合物的表面下方。
3. 立即品嚐並按個人喜好調整調味料之份量。

每份量所含之營養成分（以六人份為基準）：

161 大卡(32%來自油脂) · 碳水化合物25克 · 蛋白質 3克 · 脂肪6克 · 飽和脂肪 1克 膽固醇 0毫克 · 鈉 1133毫克 · 鈣 88毫克 · 纖維 5克

甜點

果酪甜點

這道一年到頭皆適合享用英式傳統甜點在夏日莓果登場的時節顯得格外迷人。

製作大約四至五杯的份量

- 2 杯綜合莓果(草莓、覆盆子、藍莓)
- 1 湯匙砂糖
- 2 杯冷凍的液態鮮奶油
- 2 湯匙糖粉
- ½ 茶匙香草精

1. 將莓果和砂糖一同放入一只高腳杯或大型的量杯中。使用攪拌棍和刀頭的低速模式進行混合至成泥狀，接著進行上下攪拌之動作直到所有食材近乎呈現泥狀；放到一旁做保留。
2. 將剩餘的配料放入一只大型或中型的攪拌碗中。使用打發器配件進行低速攪拌直到形成中性發泡，大約一分鐘的時間。拌入莓果混合物。
3. 立即享用才能夠品嚐到最佳口感。（果酪的形狀最多只能維持一個小時的時間）。

每份量所含之營養成分（二分之一杯）：

231 大卡(85% 來自油脂) · 碳水化合物 8g克 · 蛋白質 0克 · 脂肪20克 · 飽和脂肪14克 膽固醇 80毫克 · 鈉 0毫克 · 鈣 4毫克 · 纖維 1克

草莓海綿蛋糕

製作大約十至十一人份的蛋糕尺寸

海綿蛋糕：

- ½ 杯全脂牛奶
- 1¼ 杯低筋麵粉
- ¼ 茶匙猶太鹽
- 1 茶匙泡打粉
- 6 顆大雞蛋
- ¾ 杯砂糖, 分批使用
- 1 茶匙香草精
- 1 茶匙切碎的檸檬皮

配料：

- 1 磅(450公克)已去蒂的草莓切片
- 2 湯匙砂糖
- 1½ 杯液態鮮奶油
- ¼ 杯又兩湯匙的糖粉
- 1 茶匙香草精

1. 將烤箱預熱至175° C。在烤盤上塗上奶油 (17 x 11 x 1英寸大小) 並在底部墊上一張羊皮紙鋪滿平底鍋。
2. 於小鍋中倒入牛奶並使用中低火烹煮。將麵粉、鹽和發酵粉放入一只小型的碗中並使用打發器配件以低速模式進行混合。
3. 將雞蛋分別放入不同的大型混合碗中。
4. 使用打發器打發蛋白霜時應由低速開始逐漸升至高速直到形成軟性發泡，大約兩分鐘的時間；加入四分之一杯的糖並繼續進行打發約三分半至四分鐘的時間，待蛋清變為黏稠狀且帶有光澤。
5. 繼續使用打發器以低速模式拌和蛋黃、剩餘的糖和香草精。持續進行攪拌待混合物呈淡色的凝固狀態，約兩分鐘的時間。使用低速模式進行攪拌時，小心地將乾燥的食材與溫牛奶輪流拌入蛋黃混合物中，應由乾燥配料開始進行並結束。使用打發器以低速模式進行直至刮碗和大型橡膠鏟於添加物之間充分混合為止。用脈衝模式拌入檸檬皮。仔細將蛋清攪入以下三種添加物中：使用打發器融合第一種添加物，接著使用大鍋鏟於第二種添加物。輕柔地將第三種全部放入以避免蛋黃混入造成蛋白霜打發不成功。
6. 將麵糊倒入準備好的鍋中。烘烤直到蛋糕呈淡金色且富有彈性，約二十分鐘的時間。讓蛋糕冷卻約十分鐘的時間，然後將鍋子倒置到一大張羊皮紙上使其完全冷卻。
7. 烘烤蛋高的時候應同時準備好配料。將草莓和糖一同放入一個小碗中。放到一旁做保留。
8. 將奶油、糖和香草精放入一只大型的攪拌碗中。使用打發器以低速模式進行拌合待形成硬性發泡，約二至三分鐘的時間。攪拌如奶油此類等混合物時得使裝置運作60秒以上之時間。待蛋糕完全冷卻後，用一4英寸的圓形刀具將蛋糕切成薄片。欲製作各塊獨立之蛋糕：於每塊蛋糕上放入四分之一杯鮮奶油，接著在放上各四分之一杯的浸軟草莓。

每份量所含之營養成分 (以11份海綿蛋糕為基準)：

300 大卡(39% 來自油脂) · 碳水化合物41克 · 蛋白質5克 · 脂肪13克 · 飽和脂肪 7克 膽固醇 135毫克 · 鈉 130毫克 · 鈣 56毫克 · 纖維 1克

保固

二年主機保固

在您購買日期起二年內，在正常使用的情況下，如產品的質量或零件有任何問題，美康雅顧客服務中心將會為您免費提供維修或換貨服務。

注意：此項保固不包括一切因錯誤使用、不依指示處理產品及意外損毀、遺失零件及經自行改造的產品，美康雅公司有權在不預先通知的情況下更改條款和說明書。

本Cuisinart®設備為家庭用戶提供2年主機保固。

保固範圍包括自購買日期起、正常使用情況下出現的故障，如設備曾被非授權人士改裝或維修，保固將立即失效。

如本設備因物料或製造原因而導致操作欠佳，請聯絡當地經銷商以商討維修服務。

保固範圍不包括攪拌刀頭、不銹鋼刀片、攪拌儲存量杯、打發配件。

香港商美康雅香港有限公司台灣分公司服務中心:

台北市內湖區瑞光路583巷24、26號6樓

顧客服務熱線(台灣): +886-2-8751-3633

注意：保固年期及事項以中文譯本為準

姓名	電話：		
地址			
商品	購買（交易）日期： 年 月 日		
機型	公司、 經銷商 確 認 章		
機號			
為確保您的權益，請檢查各項資料是否正確，並檢查是否蓋上經銷商確認章，無蓋章者無效。 <ul style="list-style-type: none">• 非台灣型號者，恕難提供售後服務。• 日期未填寫者，本保證書無效。			

香港商美康雅香港有限公司台灣分公司

台北市內湖區瑞光路583巷24、26號6樓

製造日期格式說明:

1st / 2nd=WW=YY年中第幾週數;

3rd / 4th=YY=西元年的後兩位數字=20YY)

設備名稱：專業型多段速手持式攪拌棒
Equipment name:

型號 (型式) : HB-800PCTW
Type designation (Type)

單元 Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛 Lead (Pb)	汞 Mercury (Hg)	鎘 Cadium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr ⁶⁺)	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
電源線材組	○	○	○	○	○	○
內部配線	○	○	○	○	○	○
馬達	○	○	○	○	○	○
外殼塑料	○	○	○	○	○	○
備考 1. “超出0.1 wt %”及“超出0.01 wt %”係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。 Note 1: “Exceeding 0.1 wt %” and “exceeding 0.01 wt %” indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition.						
備考 2. “○”係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。 Note 2: “○” indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence.						
備考 3. “—”係指該項限用物質為排除項目。 Note 3: The “—” indicates that the restricted substance corresponds to the exemption.						

Cuisinart®

www.cuisinart.com.tw

©2021 Cuisinart®

香港商美康雅香港有限公司台灣分公司
台北市內湖區瑞光路583巷24、26號6樓

電話: +886-2-8751-3633

傳真: +886-2-8751-3922

統一編號: 54378282

顧客服務專線(台灣):

+886-2-8751-3633

IB-20/351