

## Használati útmutató

Dresszinge, gyümölcs és tejes koktélok vagy kávéba való tejhabok készítésénél helyezze a fedélbe a szitát. A fedelet a szitával helyezze az edényre a hozzávalókkal és zárja le a shakert. A kattató zárat a fedélen nyomja úgy a nyílásba, hogy az jól szigeteljen. Dresszinge és koktélok készítésénél a shaker tartalmát csak rövid ideig rázza fel. Sűrű kávéba való tejhab készítésekor viszont a shakert intenzíven rázza fel mindkét kézzel legalább 60 másodpercig. **Felszolgálás:** A dresszinge és tejes koktélokot öntse salátás vagy koktél poharakba a shaker fedelének nyílásán át, kávéba való tejhab esetén a shaker fedelét vegye le, majd a habból szedjen hosszú kanállal, vagy öntse át a csészébe. Az elkészített dresszinge és koktél a lezárt shakerben hagyhatja a hűtőszekrényben, felszolgálás előtt a shaker tartalmát mindig újra rázza fel. **Karbantartás és tárolás:** A konyhai shaker minden egyes része mosogatógépben tisztítható, a tiszta shakert nyitott fedéllel tárolja.

## Receptek:

### Salátaöntetek:

**Balsamico dresszing** 200 ml olíva olaj, 10 ml balsamecet, 20 ml citromlé, 2 evőkanál dijoni mustár, 1 kis apróra metélt salotthagyma, kiskanálnyi vagdalt petrezselyem zöldje, só és bors. A balsamico dresszing kiválóan alkalmas zöldséges leveles salátákhoz.

**Mézes-mustáros dresszing** 150 g majonéz, 3 evőkanál dijoni mustár, 3 evőkanál méz, 10 ml citromlé. A mézes-mustáros dresszing kiválóan alkalmas zöldség salátákhoz paradicsomból, paprikából, fűszernövényekből és has.

**Barackos-mustáros dresszing** 300 g tejföl, 2 evőkanál dijoni mustár, 2 evőkanál sárgabarack dzsem. A barackos-mustáros dresszing kiválóan alkalmas hideg mártásként grillezett húshoz és halhoz.

### Gyümölcsös és tejes koktélok:

**Házi joghurtos smoothie** 150 ml magas zsírtartalmú tej, 150 ml gyümölcsös joghurt, 2 evőkanál vaníliás protein por (sportolók számára fenntartott élelmiszer kiegészítő üzletekben kapható).

**Narancsos milk shake** 150 ml narancs dzsúz, 150 ml vanília fagyalt (keverés előtt hagyja kissé megpuhulni).

### Tejhab kávéba:

**Tejhab latte és cappuccino kávéba** 250 ml magas zsírtartalmú mérsékelten felmelegített tej.

**Tejhab Frappé kávéba** 150 ml hideg víz, evőkanál instant kávé.