

FIT MIT ROH- & NATURKOST



Mir geht's gut

mit frischen Säften!



Schonende Saftpressen



Frische Säfte - gesunder Genuss

Frische Säfte aus der Flasche?

Säfte aus Flaschen und Pappkartons sind niemals frisch. Sie werden - je nach Hersteller - gefriergetrocknet, pulverisiert, rückverdünnt und immer hoch erhitzt (pasteurisiert). Sie stehen oft wochenlang in Lägern und Supermärkten, bevor sie dann endlich getrunken werden. Von Frische keine Spur. Vitamine und Enzyme sind reduziert, der leckere, fruchtig-frische Geschmack des Saftes ist beeinträchtigt.



Frisch?

Haben Sie schon einmal frisch gepressten Saft probiert?

Sie werden staunen, wie groß der geschmackliche Unterschied zwischen frisch gepressten und gekauften Säften ist und wie vielfältig ihre Variationsmöglichkeiten sind. Mit selbst gepressten Säften genießen Sie nicht nur einen **unverfälschten, echten Geschmack**, sondern auch **natürliche Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und wertvolle Enzyme**.

Ein Glas Saft liefert die **Vitalstoffe von einem ganzen Pfund Obst oder Gemüse**. Diese reichhaltigen Nährstoffe im frischen Saft verleihen Ihnen einen **strahlenden Teint und schöne Haare**.

Norman W. Walker, der berühmte Safttherapeut, war so fit, dass er noch mit fast 100 Jahren Bücher schrieb und Fahrrad fuhr. Er schwor auf frisch gepresste Säfte und durfte viele gesunde Jahre leben.

Bestimmen Sie, was Sie trinken!

Wenn Sie Ihre Säfte selbst frisch zubereiten, können Sie sicherstellen, dass keine unreifen Früchte oder gar Faulstellen in Ihren Saft gelangen. Sie wissen, dass Ihr Saft wirklich taufrisch ist und nicht tage-, wochen- oder gar monatelang gelagert und hellem Licht ausgesetzt wurde. Und Sie können sicher sein, dass Ihr Saft nicht mit Zusatzstoffen wie Konservierungs-, Farb- oder Geschmacksstoffen, künstlichen Vitaminzusätzen oder Zucker versetzt ist.

Es kommt auf das Verfahren an!

Nach einer wissenschaftlichen Untersuchung hängt der Enzymgehalt eines Saftes von der Menge des beim Entsaften eingewirbelten Sauerstoffs ab. **Je mehr aggressiver Sauerstoff in den Saft gelangt, desto mehr wertvolle Vitalstoffe, wie Enzyme und empfindliche Vitamine, werden zerstört.**

Die meisten handelsüblichen Entsafter arbei-

ten mit einer sehr schnell rotierenden Zentrifuge. Bei Geschwindigkeiten von bis zu 16.000 Umdrehungen pro Minute werden **große Mengen Sauerstoff in den Saft gewirbelt**. Dieser schäumt den Saft auf und zerstört Enzyme und sauerstoffempfindliche Vitamine.

Pressen statt Schleudern

Norman W. Walker, der bereits erwähnte Safttherapeut, lehrte: **„Nur wenn die Früchte erst zu einem Brei verarbeitet werden und anschließend der Saft ausgepresst (ausgewungen) wird, gelangt das Maximum an Vitaminen, Enzymen und Mineralien in den Saft.“**

Alle von uns angebotenen Saftpressen arbeiten nach diesem Prinzip.

Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse arbeitet mit zwei Presswalzen, die wie Zahnräder ineinander greifen und in **niedriger Geschwindigkeit rotieren (110 U/min)**. In einem Arbeitsgang zermust Green Star™ Obst und Gemüse und presst dann den Saft durch das Sieb, das die Walzen umschließt.

Eine andere Technik wenden **Solo Star™ II** und **Z-Star™** an. Das Pressgut wird mit Hilfe einer rotierenden Schnecke zerdrückt und anschließend gegen ein Sieb gepresst.

Der **Champion®** schließlich arbeitet mit einem Schneidwerk-Zylinder, dessen Edelstahlklingen bei 1.400 U/min die Früchte fein raspeln. Der enthaltene Saft wird dann ausgepresst und durch ein Sieb gefiltert.

Mit allen drei Techniken entstehen hocharomatische, vollfarbige und abgerundet schmeckende Obst- und Gemüsesäfte. **Diese frischen Säfte werden vom Körper schnell absorbiert. Sie spüren einen raschen Energieschub.**



Schaden durch Sauerstoff-Einwirbelung



Zentrifugen-Entsafter

Green Star™- Die Gesundheits-Saftpresse

Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse



- ✓ **Testsieger bei der Stiftung Warentest**
- ✓ **Die größte Saftausbeute im Test**
- ✓ **Besonders schonend durch niedrige Umdrehungszahl**
- ✓ **Mehr Mineralien im Saft**

Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse

Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse eignet sich hervorragend sowohl für frische Obst- und Gemüsesäfte als auch für urgesunde Chlorophyllsäfte wie z.B. Weizengrass-Saft. Dabei erzielt Green Star™ eine unerreicht große Saftausbeute. Das spart Zeit und Geld.

Auch das Pürieren von frischen oder gefrorenen Früchten (für Sorbets) gelingt kinderleicht. Besonders köstlich sind Konfekte aus Nüssen oder Mandeln mit entsteinten Datteln und anderen Trockenfrüchten.

Keine Sauerstoff-Einwirbelung!

Die Green Star™-Saftpresse arbeitet bei nur 110 U/min mit zwei Edelstahl-Presswalzen, die in einem Abstand von nur 0,1 mm (!) nebeneinander liegen. Es wird kein aggressiver Sauerstoff eingewirbelt, die empfindlichen Vitamine und wertvollen Enzyme werden geschont, die Saftausbeute ist hoch und der Geschmack ist unverfälscht und unvergleichlich.

Mehr Mineralien in optimaler Bioverfügbarkeit!

Die Green Star™-Saftpresse nutzt Biokeramik-Magnete zur Optimierung der Saftqualität. Der Effekt: Mehr Mineralien in optimaler Bioverfügbarkeit. Die Magnete (nicht zu verwechseln mit schädlichen elektromagnetischen Wellen) überführen die Mineralien im Saft in eine kolloidale Form. Das bedeutet, dass die Mineralienteilchen außerordentlich klein sind. Sie können sich daher selbständig in Flüssigkeiten in der Schwebe halten. Durch die natürliche, organische, kolloidale Struktur haben die Mineralien eine hohe Bioverfügbarkeit und können direkt vom Körper aufgenommen werden.

Testsieger bei der Stiftung Warentest!

Die Stiftung Warentest hat zwölf Saftpressen getestet. Testsieger wurde Green Star™ GS-1000. Die Stiftung Warentest urteilte u.a. „Die größte Saftausbeute gibt es beim Testsieger Green Star™ GS-1000.“ Dadurch muss für die

gleiche Menge Saft im Vergleich zu anderen Entsaftern weniger Obst und Gemüse gekauft und gepresst werden, was wiederum Geld spart. Auch in der Handhabung und bei der Bewertung der Lautstärke war Green Star™ jeweils das beste Gerät im Test. Darüber hinaus gab es die Bestnote 1,0 in der Haltbarkeit.



„Die Green Star™-Saftpresse ist eine sichere Investition in Ihre Gesundheit. Nicht nur die Stiftung Warentest, auch unsere Tests zeigen immer wieder die überragende Qualität dieses Geräts. Green Star™ ging bei der Stiftung Warentest, dem unabhängigen deutschen Testinstitut, als beste Saft-

presse hervor. Das gibt Ihnen die Sicherheit, eine wirklich gute Wahl zu treffen.“

Winfried Holler

Green Star™ im Vergleich

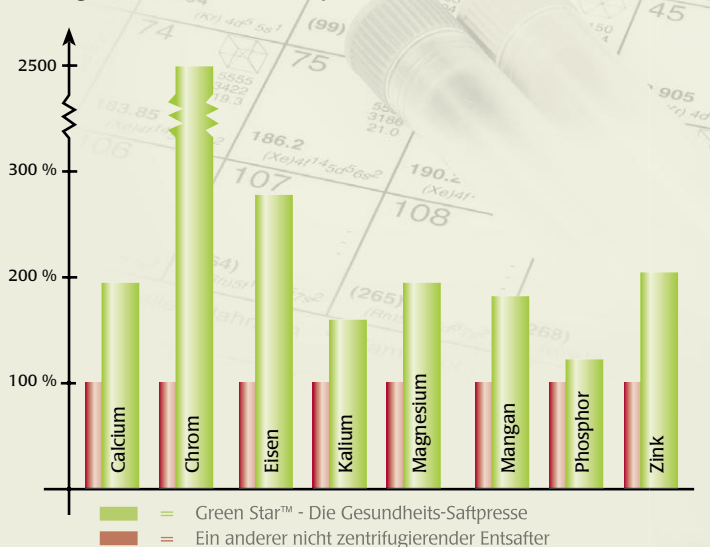
Äpfel, Sorte Elstar (1.000 g)	Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse	Jack la Lanne Power Juicer - ein Zentrifugen-Entsafter	Test-Kommentare
Saftausbeute	774 g	526 g	Green Star™ hat eine um 47 % höhere Saftausbeute!
Dauer	2:30 Minuten	01:10 Minuten	Die Zentrifuge ist aufgrund ihrer sehr hohen Umdrehungszahl schneller fertig.
Saft	Frische grüne Farbe, wenig Schaum	Farbe altrosa-bräunlich, aufgeschäumt	
Trester (Press-Rückstände)	Sehr trocken, flockig	Konsistenz wie Apfelmus	

Festes Pressgut: Möhren (1.000 g)	Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse	Jack la Lanne Power Juicer	Test-Kommentare
Saftausbeute	502 g	490 g	Saftausbeute ist etwa gleich.
Dauer	2:10 Minuten	0:45 Minuten	
Saft	Kaum Schaum	aufgeschäumt	
Trester (Press-Rückstände)	Sehr trocken, flockig	Feucht	

Weiches Pressgut: Ananas (1.000 g)	Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse	Jack la Lanne Power Juicer	Test-Kommentare
Saftausbeute	594 g	304 g	Green Star™ inkl. 100 g Möhren (ca. 50 g Saft)
Dauer	2:20 Minuten	1:30 Minuten	
Saft	Trotz der Möhren kein merklicher Geschmacks-Unterschied		Beide Geräte kommen an ihre Grenzen, da Ananas sehr weich und saftig ist. Die Zentrifuge bleibt oft stehen. Beim Green Star™ steht Saft im Entsaftungsgehäuse, der durch Zugabe von 2 Möhren aber leicht ausgelassen werden kann.
Trester (Press-Rückstände)	Sehr trocken, flockig	Breiig, fast noch Saft	

Mehr Mineralien im Saft!

Das Ergebnis einer Labor-Analyse



Quelle: Anamol Laboratories, Concord, Ontario/Kanada. Untersucht wurde der grüne Saft aus 300 g Sellerie, 392 g Kohl, 64 g Petersilie, 270 g Mangold und 160 g Sonnenblumen-Sprossen.



Green Star™: Überzeugende Technologie

Wissenschaftlich geprüft

Dies sind die Ergebnisse einer Arbeit über Saftpresen von Dr. Evelyn Waselus.

Dr. Waselus ist Direktorin von Biological Research und leitet seit fast 20 Jahren ernährungswissenschaftliche Forschungsarbeiten und Testprogramme.

In ihrer Arbeit verglich Dr. Waselus zwei bekannte und als besonders schonend eingestufte Saftpresen: Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse und ein renommiertes, amerikanisches Modell.

Mehr Saft und mehr Mineralien

Im Rahmen der Untersuchungen wurden jeweils 1089 g Gemüse (Sellerie, Petersilie, Grünkohl, Artischocken und Sonnenblumen-Keimlingen) entsaftet. Das amerikanische Modell produzierte daraus 567 g Saft. Green Star™ erzeugte im selben Test 756 g Saft. Das sind 25 % mehr bei der gleichen Menge Gemüse!

Die Analyse des im Test gewonnenen Saftes ergab weitere bedeutende Unterschiede. Der Saft der Green Star™-Saftpresse enthielt

- 95,4 % mehr Calcium,
- 73,5 % mehr Eisen,
- 96,9 % mehr Magnesium,
- 61,4 % mehr Kalium,
- 205,0 % mehr Silizium und
- 108,2 % mehr Zink.

Green Star™ überzeugt

Dieses zunächst überraschende, beachtliche Ergebnis ist auf gleich vier überragende Konzepte der Green Star™-Saftpresse zurückzuführen:

1. Zwei horizontale, ineinander greifende Zwillingsspresswalzen mit einem Zwischenraum von nur 0,1 mm. Keine scharfen Klingen, Rotoren oder andere gefährliche Teile.
2. Eine extrem niedrige Umdrehungszahl von nur 110 Umdrehungen pro Minute, die im Entsaftungsprozess nur eine minimale Erwärmung (0,5° C) verursacht.
3. Ein gebündeltes magnetisches Feld von 2600 Gauss (0,26 Tesla), das von rotierenden Magneten erzeugt wird und bewirkt, dass mehr Mineralien in den Saft gelangen.
4. Bio-keramisch erzeugte Infrarotwellen, die auch als „Schwingung der Lebensenergie“ bekannt sind.

Verzögerte Oxidation

Bei nur 110 Umdrehungen pro Minute ist die Erwärmung des frisch gepressten Safts aus der Green Star™-Saftpresse nur minimal. Die Oxidation des Safts setzt daher verzögert ein. So können Sie Ihren Saft entspannter genießen, während Sie von seinem vollen Nährwert profitieren.

Eine unabhängige wissenschaftliche Studie verglich den Einfluss von verschiedenen Saftpresen auf die Stabilität eines Saftes. Sie zeigte, dass sich die Temperatur von Äpfeln, die in der Green Star™-Saftpresse entsaftet wurden, nur um 0,27 Grad Celsius von 15,5° C auf 15,77° C erhöhte.

Die Magnet-Technologie

Wassermoleküle treten nicht als Einzelmoleküle auf, sondern sind stets zu Clustern (engl. Klumpen) zusammengeschlossen. In diesen Clustern sind häufig andere Stoffe wie z.B. Mineralien aber auch Pestizide und andere Schadstoffe eingeschlossen (Abb. 1).

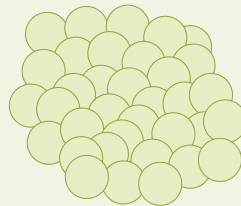


Abb. 1:
Cluster

Im Kern der beiden Green Star™-Presswalzen befinden sich in Reihe ausgerichtete Magnete, die ein gebündeltes Magnetfeld von 2600 Gauss (0,26 Tesla) erzeugen, durch das der Saft während des Pressens fließt (Abb. 2).



Abb. 2:
Magnete zur Optimierung der Saftqualität

In diesem Magnetfeld werden die Wassermolekül-Cluster im Saft aufgebrochen und die darin eingeschlossenen Stoffe ausgestoßen (Abb. 3).

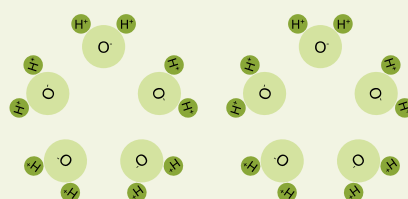


Abb. 3:
Cluster brechen auf und stoßen eingeschlossene Stoffe aus

Die Wassermoleküle formieren sich anschließend zu neuen Clustern, wobei sie bevorzugt alkalische Mineralien wie Calcium, Kalium und Magnesium einschließen (Abb. 4).

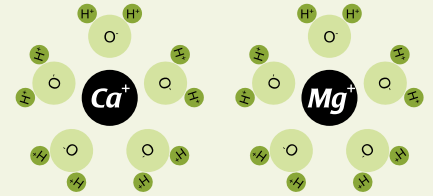


Abb. 4:
Cluster-Neuformierung mit eingeschlossenen Mineralien

Dieses intelligente magnetische Verfahren löst beim Entsaften einen wesentlich höheren Anteil an Mineralstoffen aus dem Rohstoff. Gleichzeitig verhilft es den Molekülen zu einer suspendierten, kolloidalen Form, die der Körper über einen längeren Zeitraum hinweg nutzen kann.

Infrarot - Schwingung der Lebensenergie

Langwelliges Infrarotlicht ist der natürliche Frequenzbereich des Wassers und aller organischen Lebewesen, einschließlich des Menschen. Man kennt es daher als die „Schwingung der Lebensenergie“. Unsere Haut erzeugt Infrarotlicht mit einer Wellenlänge von 9,36 Mikrometern, was sehr nahe an der Resonanzfrequenz des Wassers liegt. Somit ist langwelliges Infrarotlicht zu Recht die sicherste und wertvollste verfügbare Energiequelle, denn unser Körper besteht zu 77 % aus Wasser.

Bei der patentierten Zwillingsspresswalzen-Technologie der Green Star™-Saftpresse sind die im Kern liegenden Magnete in ein speziell entwickeltes bio-keramisches Material eingebettet. Diese Bio-Keramik nutzt die mechanische Energie der Rotation der Presswalzen, um die Infrarotwellen zu erzeugen, die dann das Wasser im Saft durchdringt. Da diese Frequenz im Wasser eine natürliche Resonanz auslöst, nehmen die Wassermoleküle das langwellige Infrarotlicht nicht nur auf, sondern geben es auch wieder ab und stabilisieren so zusätzlich die empfindliche Struktur des Saftes.

Copyright of German Translation by Keimling Naturkost, Buxtehude, Deutschland 01.12.2004

Champion®-Saftpresse



Robustes Schneidwerk

- ✓ Der Klassiker seit 1955
- ✓ Gute Saftausbeute
- ✓ Solide Verarbeitung
- ✓ Ideal für den Dauereinsatz



Die Empfehlung von Norman Walker!

Champion® - Saftpresse

Der Klassiker aus den USA

Der Klassiker unter den Saftpressen ist die Champion-Saftpresse. Sie wird seit über 50 Jahren in einer kleinen Manufaktur in Kalifornien liebevoll von Hand gebaut. Dass Qualität hier das oberste Gebot ist, sieht man der Champion Saftpresse an. Ein robustes Metallgehäuse schützt den langlebigen Industriemotor, der dieses solide Gerät antreibt. Aufgrund ihrer Belastbarkeit ist die Champion-Saftpresse ideal für den Dauereinsatz, z.B. in Saftbars, geeignet.

Von Experten empfohlen

Mit ihren 1.400 Umdrehungen pro Minute entsaftet die Champion Saftpresse sehr zügig und deutlich schonender als moderne Saft-Zentrifugen. Daher wird sie von vielen Rohkost- und Ernährungs-Experten empfohlen. Der bekannteste unter ihnen ist Norman W. Walker, der mit frischen Säften fast 100 Jahre alt wurde und viele Bücher über die Gesundheit und Säfte verfasst hat.

Der Alles-Könner

Zum Lieferumfang gehört auch eine Homogenisierplatte, mit der köstliche Sorbets oder leckere Frucht-muse hergestellt werden können. Als Zubehör ist ein Getreidemahlvorsatz erhältlich, der Ihre Champion-Saftpresse in eine Getreidemühle verwandelt - für körniges Mehl und Schrot, z.B. für Ihr Müsli.

Die Champion-Saftpresse ist für ihre einfache Handhabung bekannt. Sie ist leicht zu reinigen und ideal für alle, die häufig größere Mengen gesunder Säfte pressen möchten. Da sie für ihre einfache Handhabung bekannt ist, hat sie im Keimling-Sortiment ihren festen Platz.

Solo Star™ II- und Z-Star™-Saftpresse

Mehr Saft im Glas durch gleich zwei Saftauslässe!

- ✓ Einfach zu bedienen
- ✓ Schonende Entsaftung
- ✓ Ideal für kleine Haushalte



Solo Star™ II-Saftpresse

Die Solo Star II-Saftpresse ist nicht nur für Obst und Gemüse bestens geeignet, sondern auch für langfaseriges Pressgut wie die in Gemüsesäften beliebten Selleriestangen.

Dank ihrer modernen Press-Schnecken-Technik kommt die Solo Star II-Saftpresse mit nur 80 Umdrehungen pro Minute aus. Bei dieser geringen Umdrehungszahl kommt es zu praktisch keiner Hitze- oder Sauerstoffschädigung von empfindlichen Vitaminen und wertvollen Enzymen.

Durch ihre zwei Saftauslässe arbeitet sie deutlich effektiver als andere Press-Schnecken-Entsafter.

Unser Einsteiger-Modell ist ideal für kleinere Haushalte, die Wert auf besonders gesunde Säfte legen, und alle, die aus frischen oder gefrorenen Früchten rohköstliche Fruchtmuse und Sorbets bereiten möchten.

Für Ihr tägliches Glas Weizengras-Saft



- ✓ Unabhängig vom Stromnetz
- ✓ Frische Säfte auch im Urlaub

Z-Star™-Saftpresse

Optimal für Weizengras und grünes Blattgemüse sowie für Obst und Gemüse ist die Z-Star™ Hand-Saftpresse. Sie basiert auf der Entsaftungstechnik des Solo Star™, wird aber von Hand betrieben. So können Sie unabhängig vom Stromnetz jederzeit schonend entsaften. Durch die besonders lange Kurbel wird eine sehr gute Kraftübertragung erreicht.

Maße: 34,5 x 11 x 34,5 cm (B x T x H);
Kurbellänge: 17,7 cm.

TÜV/GS geprüfte Sicherheit.

Für Arbeitsplatten bis 6,5 cm Stärke!

Weizengrassaft:	+++
Chlorophyllsäfte:	+++
Langfaseriges Pressgut:	+++
Hartes Pressgut:	+++
Weiches Pressgut:	+
Hartes und weiches Pressgut:	++
Pürieren:	-

- +++ Funktioniert bestens
- ++ Funktioniert gut
- + Funktioniert bedingt



Ideal für Solo Star™: Der Z-Star™ Handantrieb

Da der Handantrieb des Z-Star™ auch optimal zur Entsaftungstechnik von Solo Star™ II passt, bieten wir ihn auch "pur" an.

Ideal für Solo Star™-Besitzer, die z.B. im Urlaub unabhängig von Strom bzw. passender Stromspannung ihren Solo Star™ II-Entsaftungsvorsatz nutzen wollen.

Schonende Saftpressen im Überblick

Technische Daten	Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse	Champion®-Saftpresse - Der Klassiker	Solo Star™ II - Die Einsteiger-Saftpresse
Auf einen Blick	<ul style="list-style-type: none"> • Testsieger bei der Stiftung Warentest • Beste Saftausbeute im Test • Arbeitet mit Magnettechnologie und Bio-Keramik-Material, dadurch höherer Mineralstoffanteil im Saft • Niedrige Umdrehungszahl • Nährstoffreichster Saft (im Vergl. zu Solo Star™ II und Champion®) • Arbeitet vibrationsfrei und leise • Für größere und kleinere Haushalte geeignet 	<ul style="list-style-type: none"> • 2. Testsieger bei der Stiftung Warentest • Einfach zu handhaben • Robust • Wenig Einzelteile, dadurch schnell zu reinigen • Niedrige Umdrehungszahl, (Umdrehungszahlen von Saftzentrifugen: 4.500-13.000 U/min!) • für größere und kleinere Haushalte, sowie für Saftbars geeignet 	<ul style="list-style-type: none"> • Niedrige Umdrehungszahl • Nährstoffreicher Saft • Hohe Saftausbeute durch 2 Saftauslässe • Für kleinere Haushalte geeignet
Garantie	5 Jahre (private Nutzung), 2 Jahre (gewerbliche Nutzung)	2 Jahre	2 Jahre
Umdrehungen pro Minute	110 U./Min.	1.400 U./Min.	80 U./Min.
Maße (L x B x H), Gewicht	47,5 x 16,5 x 35 cm, 8,6 kg	42 x 19 x 29 cm, 11,7 kg	44 x 19 x 35 cm, 7 kg
Leistung	190 Watt, 230 V	420 Watt, 230 V	180 Watt, 230 V, nach 30 Min Entsaften sollte das Gerät zum Abkühlen ausgeschaltet werden
Entsaftungstechnik	Quetschend-pressend ohne Zentrifugieren, Edelstahl-Zwillings-Presswalzen mit Magneten, die von Bio-Keramik-Material umgeben sind	Zerreißend-pressend ohne Zentrifugieren, rotierendes Schneidwerk mit Edelstahlklingen	Quetschend-pressend ohne Zentrifugieren, Press-Schnecken-Technik mit zwei Saftauslässen (Zwei-Phasen- Pressprozess)
Lieferumfang	Green Star™ GS-1000: Feines Entsaftungssieb, Püriereinsatz, Glaskanne, Reinigungsbürste, Auslass-Einstellschrauben für hartes und weiches Pressgut, Bedienungsanleitung Green Star™ GS-3000: wie Green Star™ GS-1000 (Standardausstattung) plus grobes Entsaftungssieb, Pasta-Set und Gebäckteig-Set	Feines Entsaftungssieb, Homogenisierplatte, Handsieb Glaskanne nicht im Lieferumfang erhalten. Als Zubehör erhältlich.	Entsaftungssieb, Püriereinsatz, 2 Kunststoffkannen für Saft und Trester, rundes Handsieb, Zusatzsieb (eckig, zum Auflegen auf die Saftkanne), Pasta-Aufsätze für verschiedene Nudelformen, Reinigungsbürste
Zubehör (bei Ihrem Saftpressen-Händler erhältlich)	Pasta-Set, Gebäckteig-Set, grobes Entsaftungssieb, zusätzliche Glaskanne, Ersatz-Reinigungsbürste	Grobes Entsaftungssieb, Getreidemahlvorsatz, Glaskanne	Zusätzlicher Auffangbehälter, zusätzliche Reinigungsbürste
Hinweise		Der Champion® ist aufgrund seiner Entsaftungstechnik nur bedingt für Chlorophyll- und Weizengrassäfte geeignet	Das Pressgut sollte so klein geschnitten werden, dass es leicht die Öffnung des Einlassstutzens passieren kann

Mehr als nur eine Saftpresse

Durch verschiedene Aufsätze bieten die drei elektrischen Saftpressen eine Vielzahl von Anwendungsmöglichkeiten, um z.B. Eiscreme oder Konfekt, Pasta oder Nussmus herzustellen. So lässt sich Ihre Saftpresse schnell in eine Pürier- oder Nudelmaschine umwandeln. Die unten

stehende Tabelle zeigt Ihnen viele Leckerereien, die Sie ganz einfach mit dem entsprechenden Aufsatz zubereiten können. So wissen Sie auf Anhieb, welches Gerät sich am besten für Ihre Zwecke eignet.



Zubereitung von	Green Star™ - Die Gesundheits-Saftpresse	Champion®-Saftpresse - Der Klassiker	Solo Star™ II - Die Einsteiger-Saftpresse
Chlorophyllsäfte (z.B. Spinat)	+++	+	+++
Weizengrasssaft	+++	+	+++
Langfaseriges Pressgut (z.B. Sellerie)	+++	+	+++
Hartes Pressgut (z.B. Möhren)	+++	+++	++
Weiches Pressgut (z.B. Orangen)	+	++	+
Hartes und weiches Pressgut	+++	+++	++
Pürieren (z.B. Sorbets, Babynahrung)	+++	++	++

+++ Funktioniert bestens

++ Funktioniert gut

+ Funktioniert bedingt

Zubereitung von	Aufsatz	Green Star™	Champion®	Solo Star™ II	Tipps
Konfekt aus Trockenfrüchten, z.B. aus Feigen, Datteln etc.	Püriereinsatz/ Homogenisierplatte	+++	+	++	Trockenfruchtkonfekt - eine gesunde Nasch-Alternative
Gebäckteige für Kekse, Plätzchen, Kuchen und rohköstliche Tortenböden	Gebäckteig-Set (Green Star™) Püriereinsatz/Homogenisierplatte (Solo Star™ II und Champion®)	++	+	++	Schöpfen Sie die Möglichkeiten Ihrer Saftpresse voll aus - Gebäckteige aus leckersten Zutaten
Pasta, z.B. Fettuccini, Spaghetti	Pasta-Aufsätze	+	-	+	Selbstgemachte Pasta - ein schmackhafter Genuss
Sorbet/Eiscreme	Püriereinsatz/ Homogenisierplatte	++	+++	++	Ein leckeres Eiscreme-Rezept finden Sie auf Seite 11
Obst- oder Nussmus	Püriereinsatz/ Homogenisierplatte	+++	++	++	Bei der Herstellung von Nussmus sollte je nach Nussart etwas Öl zugegeben werden
Babynahrung und Seniorenkost	Püriereinsatz/ Homogenisierplatte	++	+	++	Mischen Sie z.B. Möhren, Äpfel und Kartoffeln
Salsa, Pesto	Püriereinsatz/ Homogenisierplatte	++	+	++	Ein leckeres Pesto-Rezept finden Sie auf Seite 11

+++ Funktioniert bestens

++ Funktioniert gut

+ Funktioniert bedingt

Unsere Lieblings-Rezepte

Diese Rezepte sollen Ihnen einige erste Anregungen bieten, welche Köstlichkeiten Sie mit einer schonenden Saftpresse selbst zubereiten können.

Experimentieren Sie mit Obst, Gemüse, Kräutern und grünem Blattgemüse - Ihrer Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt.



Roter Gemüse Powerdrink

Dieser Saft ist zwar kein Wundermittel, enthält aber jede Menge Antioxidantien, die helfen, die freien Radikale aus dem Körper zu transportieren und die Körperzellen zu schützen.

Zutaten für 1 Glas:

- 2 mittelgroße Möhren
- 1/2 Rote Bete, grob zerkleinert
- 1 Selleriestange mit Blättern
- 30 g Spinat (frisch)
- 4 Stängel frische Petersilie

Alle Zutaten abwechselnd in die Saftpresse geben.



Grüner Saubermacher

Dieser gesunde Drink enthält Chlorophyll, ein hervorragendes Mittel zur inneren Reinigung. Dazu kommen Folsäure, Betakarotin und Kalium - alle wichtig für einen gesunden Organismus.

Zutaten für 1 Glas:

- 5 kleine Spinatblätter
- 1 mittelgroße gelbe Paprikaschote, zerkleinert
- 1 Selleriestange mit Blättern
- 2 große Salatblätter

Geben Sie Spinat, Paprikaschote, Sellerie und Salatblätter in die Saftpresse und rühren Sie zum Schluss den fertigen Drink um.



Walnuss-Basilikum-Pesto

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Tasse frische Basilikumblätter
- 1 Tasse frische Petersilie
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1 Tasse Walnuskerne (in kleinen Portionen in die Maschine geben)
- 1 Zitrone
- 2 Esslöffel Olivenöl

Aufsätze: Püriereinsatz bzw. Homogeniserplatte (je nach Saftpresse)

Geben Sie die Zutaten abwechselnd in die Maschine und rühren Sie die Soße danach gut durch. Würzen Sie mit Zitronensaft und Soja-soße. Besonders gut schmeckt das Pesto auf Ofenkartoffeln und Pasta oder auf Pizza anstelle von Tomatensoße.



Orangen-Möhren-Papaya-Saft

Wenn Ihre Kinder nicht gerne Gemüse essen, servieren Sie ihnen diesen köstlichen Saft. Die Möhren enthalten Betakarotin, die Orange Vitamin C, die Papaya sowohl Beta-Carotin als auch Vitamin C und verdauungsfördernde Enzyme.

Zutaten für 1-2 Gläser:

- 375 g Papaya, geschält, entkernt und grob zerkleinert
- 1 Orange, geschält und zerkleinert
- 1 Möhre

Alle Zutaten abwechselnd in die Saftpresse geben und Saft anschließend umrühren.



Bananen-Dattel-Eiscreme

Zutaten für 2 Portionen:

- 3 Bananen
- 4-5 Datteln

Schälen Sie die Bananen und schneiden Sie sie in kleinere Stücke. Frieren Sie die Bananenstücke über Nacht ein. Geben Sie das Obst unter Verwendung des Püriereinsatzes bzw. der Homogeniserplatte durch die Saftpresse. Sie erhalten cremig-gesundes Bananen-Dattel-Eiscreme.



Birnen-Himbeer-Saft

Ein köstlicher Drink, den alle Kinder mögen! Die Birne versorgt Sie mit Ballaststoffen und Kohlenhydraten. Himbeeren enthalten Betakarotin - ein wichtiger Nährstoff. Das Wasser macht den Drink leicht verdaulich.

Zutaten für 1 Glas:

- 125 g frische Himbeeren (oder tiefgekühlt und aufgetaut)
- 1/2 Birne, grob zerkleinert
- 80 ml Wasser

Füllen Sie zuerst die Himbeeren und anschließend die Birnenstücke in die Saftpresse. Wasser dazugeben und umrühren.

Buchtipps für Ihre Gesundheit



Elysa Markowitz

„Leben mit Green Star™ - Eine Rohkost-Rezeptsammlung für Feinschmecker“

Elysa Markowitz nutzt die Möglichkeiten der vielseitigen Green Star™-Saftpresse voll aus. Spielend kreiert sie leckere Säfte, rohköstliche Suppen, fantastische Sorbets, raffinierte Saucen und sogar Brot, Kuchen und Feingebäck - alle roh und nährstoffschonend zubereitet.

Art.nr. 91200; 212 Seiten, broschiert mit farbigen Abbildungen.



Elysa Markowitz

Über die Autorin

Elysa Markowitz ist eine seit über 20 Jahren beliebte und geschätzte Dozentin auf dem Gebiet der Ernährungserziehung. Sie moderiert die TV-Sendung „Elysa's Raw and Wild Food Show“ und arbeitet als Ernährungsberaterin und Publizistin. Elysa gibt Workshops und Seminare auf dem gesamten nord-amerikanischen Kontinent. Sie ist Autorin mehrerer Ernährungs-Ratgeber und -Videos.



Elysa Markowitz

„MIX IT! - Naturköstliche Versuchungen“

Mit Kreativität und viel Spass in Sekundenschnelle frische, vitaminreiche Speisen und Getränke herstellen: Smoothies, Sorbets, Suppen, Soßen, Dressings und Babynahrung.

Art.nr. 91203; 64 Seiten, gebunden mit farbigen Abbildungen.

Keimling Naturkost GmbH

Zum Fruchthof 7a

21614 Buxtehude (Deutschland)

Telefon: 04161/51 16 0 (Mo-Fr: 8-18 Uhr)

Fax: 04161/51 16 16

Tel. internat.: +49 4161/51 16 0

Fax internat.: +49 4161/51 16 16

E-Mail: naturkost@keimling.de

www.keimling.de

Österreich:

Deggendorfstr. 5

4030 Linz

Telefon: 01/31 91 262 (Mo-Fr: 8-18 Uhr)

Fax: 01/31 91 263

E-Mail: naturkost@keimling.at

www.keimling.at

Schweiz:

Fürstenlandstr. 96

9014 St. Gallen

Telefon: 0800/53 46 54 (Mo-Fr: 8-18 Uhr)

Fax: 0800/53 46 55

E-Mail: naturkost@keimling.ch

www.keimling.ch