

LIVINGTON®

JuiceBoost

Rezeptheft

Wassermelone - Minze



Kann **blutdrucksenkend** wirken und das **Hautbild** verschönern.

1. Die reife Wassermelone – bevorzugt kernarm oder kernlos – halbieren und die Hälften in etwa ein Zentimeter starke Stücke schneiden. Von diesen mit einem Messer die Schale abtrennen und das Fruchtfleisch in ausreichend große, dreieckige Stücke zerlegen. Die Stücke nun reihum im Livingston JuiceBoost verteilen - Deckel drauf und „boosten“!
2. Je nach Geschmack und gewünschter Menge des Melonen-Safts etwa eine kleine Handvoll frischer Minze besonders fein hacken und in den Saft einrühren.

TIPP: Neben der klassischen Pfefferminze verleihen andere Sorten wie etwa Ananasminze, Erdbeermintze, Bachminze, Apfelmintze uvm. dem Saft ein jeweils anderes, abwechslungsreiches und einmaliges Aroma.

3. Für diesen erfrischenden Sommerdrink empfehlen wir vorgekühlte Gläser und/oder etwas Crushed Ice – hübsch verziert mit einer fruchtigen Melonen-Ecke und einem Minzblättchen.

EN - WATERMELON MINT

1. Halve the ripe watermelon - preferably (nearly) seedless - and cut the halves into pieces approximately 1 centimeter thick. Remove the rind with a knife, and cut the pulp into sufficiently large, triangular pieces. Now evenly spread the pieces in the Livingston JuiceBoost - put on the lid, and "boost"!
2. Finely chop a small handful of fresh mint, and stir it into the juice according to taste and the quantity of melon juice.

TIP: As well as the classic peppermint, other varieties, such as pineapple mint, strawberry mint, water mint, apple mint and others can be used to give the juice a different and unique aroma.

3. For this refreshing summer drink, we recommend pre-chilled glasses and/or some crushed ice, topped off with a fruity melon wedge and a mint leaf as a garnish.

Can reduce blood pressure and improve the appearance of the skin.



FR - PASTÈQUE-MENTHE

1. Couper la pastèque mûre – de préférence avec peu ou pas de pépins bien sûr – en deux et chacune des moitiés en morceaux d'un centimètre d'épaisseur environ. Retirer la peau de ces morceaux avec un couteau et découper la chair en triangles suffisamment grands. Répartir à présent les morceaux les uns après les autres dans le Livingston JuiceBoost - Mettre le couvercle et « booster » !
2. Selon les goûts et la quantité de jus de melon désirée, ajouter une petite poignée environ de menthe fraîche hachée très finement.

ASTUCE : outre la menthe classique, d'autres variétés telles que la menthe à feuilles rondes, la menthe verte, la menthe fraise, la menthe aquatique, la menthe odorante et bien plus encore, donnent au jus de fruits un arôme différent, varié et unique.

3. Nous recommandons de servir cette boisson rafraîchissante d'été dans des verres refroidis au congélateur et/ou de la glace pilée, joliment décorés d'un triangle de melon fruité et d'une feuille de menthe.

peut aider à faire baisser la tension et à améliorer le grain de la peau.



IT - MELONE-MENTA

1. Dimezzare l'anguria matura - preferibilmente senza semi - e tagliare le metà in pezzi di circa un centimetro di spessore. Rimuovere la buccia con un coltello e tagliare la polpa in pezzi grandi e triangolari. Ora distribuite i pezzi in cerchio nel Livingston JuiceBoost - mettete il coperchio e „boostate“!
2. A seconda del gusto e della quantità di succo di melone desiderata, tritare finemente una piccola manciata di menta fresca e mescolarla al succo.

SUGGERIMENTO: in aggiunta alla classica menta piperita, altre varietà come la menta all'ananas, la menta alla fragola, la menta di ruscello, la menta alla mela e molte altre ancora apportano il loro aroma, al succo un sapore diverso, vario e unico.

3. Per questo rinfrescante drink estivo si consigliano bicchieri pre-ghiacciati e/o un po' di ghiaccio tritato, decorato con uno spicchio di melone e una foglia di menta.

Può abbassare la pressione sanguigna e migliorare l'aspetto della pelle.



HU - GÖRÖGDINNYE-MENTA

1. Az érett – lehetőleg mag nélküli/kevés magvas – görögdinnyét félbevágjuk, a feleket pedig körülbelül egy centiméter vastagságú szeletekre vágjuk. Késsel távolítsuk el róluk a héját, és vágjuk a húsát kellően nagy, háromszögletű darabokra. Most osszuk szét a darabokat körben a Livingston JuiceBoost -ban - tegyük rá a fedelet és mixeljük össze!
2. A dinnyelé ízétől és a kívánt mennyiségtől függően aprítsunk fel egy kis marék friss mentát, és keverjük a lébe.

TIPP: A klasszikus borsmenta mellett más fajták, például az ananászmenta, az epermenta, a patakmenta, az almamenta és még sok más fajta ad a lének más, változatos és egyedi aromát.

3. Ehhez a frissítő nyári italhoz előhűtött poharakat és/vagy zúzott jeget ajánlunk - gyümölcsös dinnyeszelettel és mentalevéllel szépen díszítve.

Csökkenheti a vérnyomást és szépítheti a bőr megjelenését.



CZ - VODNÍ MELOUN - MÁTA

1. Zralý vodní melou – nejlépe přirozeně s malým množstvím/bez jader – rozkrojte na poloviny a tyto poloviny na asi jeden centimetr silné plátky. Nožem z nich odkrojte slupku a dužinu rozlámejte na dostatečně velké trojúhelníkové kusy. Tyto kusy nyní postupně vložte do přístroje Livingston JuiceBoost - přikryjte víkem a odšťavněte!
2. Podle chuti a požadovaného množství melounové šťávy rozkrájejte nejmenou malou hrst čerstvé máty a zamíchejte do šťávy.

TIP: Kromě klasické máty pepřné propůjčují šťávě vždy jiné, obohacující a jedinečné aroma i jiné druhy máty jako ananasová, jahodová, poťoční, jablečná máta.

3. Pro tento osvěžující letní drink lze samozřejmě doporučit vychlazené sklenice a/nebo trochu drceného ledu – vkusně ozdobené trojúhelníkem melounu a lístkem máty.



**Může snižovat
krevní tlak a zkrášlit
pokožku.**



PL - ARBUZ - MIĘTA

1. Przekrój na pół dojrzały arbuza, najlepiej częściowo lub całkowicie pozbawiony pestek, i pokrój półówki na kawałki o grubości ok. jednego centymetra. Oddziel skórkę od miąższu i pokrój miąższ na trójkątne kawałki odpowiedniej wielkości. Następnie włóż kawałki do Livingston JuiceBoost, załóż pokrywę i wyciśnij!
2. Zależnie od smaku i pożądanej ilości soku z arbuza posiekaj drobno garść świeżych liści mięty i wymieszaj je z sokiem.

PORADA: Obok klasycznej mięty pieprzowej, również inne gatunki mięty, np. mięta ananasowa, truskawkowa, nadwodna, jabłkowa itd. nadadzą napojowi wyjątkowy, unikalny smak.

3. Aby w pełni rozkoszować się tym odświeżającym letnim napojem, zaleca się wcześniejsze schłodzenie szklanek i/lub dodanie niewielkiej ilości tłuczonego lodu oraz przyozdobienie kawałkiem melona lub liściem mięty.



**Napój może pomóc
obniżyć ciśnienie krwi i
wpływa korzystnie na skórę.**



SK - ČERVENÝ MELÓN S MÁTOU

1. Zrelý červený melón – najlepšie bez jadierok, prípadne s nízkym obsahom jadierok – rozpolte a nakrájajte na približne centimetrové plátky. Odkrojte z nich kôru a dužinu a nakrájajte na primerane veľké trojuholníky. Postupne naplňte odšťavovač JUICE-BOOST kúskami melóna, uzavrite vekom a „boostujte“!
2. Podľa chuti, a primerane k množstvu melónovej šťavy, obzvlášť nadrobno nasekajte za priehŕstie čerstvej máty a vmiešajte ju do šťavy.

TIP: Okrem klasickej máty piepornej, môžu aj iné odrody ako ananásová mäta, jahodová mäta, poťočná mäta, jablková mäta a mnohé ďalšie, dodať tejto šťave vždy inú, pestrú a jedinečnú príchuť.

3. Tento osviežujúci letný nápoj odporúčame podávať vo vopred vychladených pohároch a/alebo s drveným ľadom, ozdobený plátkom melóna a lístkami máty.



**Môže pomáhať znížiť
krvný tlak a zlepšiť
vzhľad pokožky.**



Grapefruit-Granatapfel



Die überragende
Vitaminbombe!
Die **Antioxidantien**
können beim **Abnehmen**
unterstützend wirken.

1. Zuerst ein bis zwei kleine bis mittlere Grapefruits halbieren und kinderleicht im Livingston JuiceBoost auspressen.
2. Anschließend mit dem Granatapfel ebenso verfahren.

TIPP: Vor dem Halbieren den Granatapfel mit einem Löffel oder Kochlöffel rundum gut abklopfen – das lockert die Kerne im Inneren und erhöht etwas die Saft-Ausbeute.

3. Ab mit dem Saft in ein passendes Glas und nach Belieben mit einer halben Grapefruit-Scheibe und einem schicken Strohhalm verschönern.

Wer noch etwas mehr Wert auf das besondere Fruchtsaft-Erlebnis legt, fügt anschließend noch einige, zuvor bereit gelegte, Granatapfel-Kerne und einen langstieligen Cocktail-Löffel hinzu.

EN - GRAPEFRUIT POMEGRANATE

1. First, halve one or two small-to-medium-sized grapefruits and gently squeeze them in the Livingston JuiceBoost.
2. Then do the same with the pomegranate.

TIP: Before cutting the pomegranate in half, tap it all over with a tablespoon or wooden spoon - this loosens the seeds inside and slightly increases the juice yield.

3. Pour the juice into a suitable glass, and garnish it with half a grapefruit slice. Also serve with a stylish straw if you like.

If you want a particularly special juice experience, add a few pre-prepared pomegranate seeds and serve with a long-handled cocktail spoon.

A brilliant vitamin bomb!
The antioxidants may help you
lose weight.

FR - PAMPLEMOUSSE-GRENADE

1. Commencer par couper un ou deux petits ou moyens pamplemousses et les presser très facilement dans le Livingston JuiceBoost.
2. Procéder ensuite de la même manière avec la grenade.

ASTUCE : avant de couper la grenade en deux, bien frapper tout le tour du fruit avec une cuillère. Cela déloge les grains à l'intérieur et augmente le rendement en jus.

3. Verser le jus dans un verre adapté et décorer selon les goûts avec une demi-cuisse de pamplemousse et une paille élégante.

Pour ceux qui accordent encore plus d'importance à un moment jus de fruits bien particulier, ajouter ensuite quelques grains de grenade préparés à l'avance et une cuillère à cocktail.

C'est une excellente bombe de vitamines !
Les antioxydants peuvent
avoir un effet positif sur la perte de poids.

IT - POMPELMO-MELOGRANO

1. Tagliare a metà uno o due pompelmi di dimensioni medio-piccole e spremerli facilmente nel Livingston JuiceBoost.
2. Fare poi lo stesso con il melograno.

SUGGERIMENTO: prima di tagliare la melagrana a metà, picchiettatela bene tutt'intorno con un cucchiaino o un cucchiaino di legno: questo allenterà i semi all'interno e aumenterà leggermente la resa del succo.

3. Versare il succo in un bicchiere adatto e guarnire con mezza fetta di pompelmo e una cannuccia stilosa, se si preferisce.

Per un'esperienza di succo di frutta ancora più speciale, aggiungete qualche seme di melograno e un cucchiaino da cocktail lungo.

L'eccezionale bomba di vitamine!
Gli antiossidanti possono
aiutare a perdere peso.

HU - GRAPEFRUIT-GRÁNÁTALMA

1. Először vágjon félbe egy vagy két kis-közepes méretű grapefruitot, és könnyedén belenyomkodni a Livingston JuiceBoost-ba.
2. Ezután tegyük ugyanezt a gránátalmával.

TIPP: Kettévágás előtt kanállal vagy fakanállal alaposan ütögessük végig a gránátalmát – ez meglazítja a magokat a belsejében, és kissé növeli a léhozamot.

3. Öntsük a levét egy megfelelő pohárba, és ízlés szerint díszítsük egy fél grapefruit szelettel és egy stílusos szívószállal.

Ha egy kicsit jobban értékeljük a különleges gyümölcslé-élményt, akkor tegyük bele néhány előre elkészített gránátalmamagot és egy hosszú nyelvű koktéltkanalat.

A kiváló vitaminbomba!
Az antioxidánsok segíthetnek
a fogyásban.

CZ - GRAPEFRUIT - GRANÁTOVÉ JABLKO

1. Nejprve rozpulte jeden až dva grapefruity a snadno je odšťavněte v přístroji Livingston JuiceBoost.
2. Následně takto postupujte i u granátového jablka.

TIP: Před rozpúlením granátové jablko oklepejte kolem dokola lžící nebo naběračkou – to uvolní jádra a jádra v plodu a mírně zvýší množství získané šťavy.

3. Přelijte šťavu do vhodné sklenice a ozdobte podle vlastního vkusu polovinou plátku grapefruitu a ozdobným brčkem.

Kdo klade ještě větší důraz na zvláštní požitek z ovocné šťavy, přidá následně ještě několik předem připravených jader granátového jablka a koktejlovou lžící s dlouhou rukojetí.

SK - GRAPEFRUIT S GRANÁTOVÝM JABLKOM

1. Najprv rozpulte jeden alebo dva malé až stredne veľké grapefruity a zľahka ich odšťavte v odšťavovači Livingston JuiceBoost.
2. Následne urobte to isté s granátovým jablkom.

TIP: Povrch granátového jablka pred rozpolením preklepte lyžicou alebo drevenou vareškou – uvoľníte tak semenka nachádzajúce sa vo vnútri a mierné zvýšite množstvo získanej šťavy.

3. Šťavu nalejte do vhodného pohára a ozdobte polovičkou grapefruitového plátku a štýlovou slamkou.

V prípade, že na zážitok z tohto špeciálneho ovocného džúsu kladiete ešte väčší dôraz, pridajte ešte niekoľko vopred pripravených semienok z granátového jablka a koktailovú lyžičku s dlhou rúčkou.

Úžasná vitamínová bomba!
Antioxidanty môžu pôsobiť
podpúrné pri hubnutí.

Jedinečná vitamínová bomba!
Antioxidanty vám môžu
pomôcť schudnúť.

PL - GREJPFRT - GRANAT

1. Najpierw przekroić na pół dwa małe lub średnie grejpferty i wycisnąć je w Livingston JuiceBoost.
2. Potem zrobić to samo z granatem.

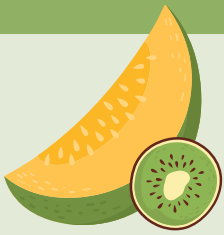
PORADA: Przed przekrojeniem granatu na pół obłuc go ze wszystkich stron łyżką lub chochlą - spowoduje to poluzowanie ziaren znajdujących się wewnątrz i pozwoli wycisnąć nieco więcej soku.

3. Potem wycisnąć sok do odpowiedniej szklanki i udekorować zależnie od upodobań połową plasterka grejpferta, dodając elegancką słomkę.

Aby nadać sokowi jeszcze bardziej unikalny charakter, można dodać kilka przygotowanych wcześniej ziaren granatu i długą łyżeczkę do koktajli.

Prawdziwa bomba witaminowa!
Przeciwutleniacze
wspomagają odchudzanie.

Zuckermelone-Kiwi :-



Vollgepackt mit über **16 Vitaminen** ist er ein wahrer **Energiebooster** - kann bei der **Verdauung** und bei der **Entgiftung** des Körpers helfen.

1. Mehrere reife Kiwis in Hälften schneiden und im Handumdrehen Livingston JuiceBoosten
2. Nun die Zuckermelone ebenfalls halbieren, entkernen, schälen, in etwa zwei Zentimeter dicke Ringe schneiden (Dabei darauf achten, dass deren Durchmesser etwas geringer als der des Geräts ausfällt) und mittels Livingston JuiceBoost entsaften.

TIPP: Risse am Stielansatz sowie stark aromatischer Duff an der dem Stiel gegenüberliegenden Seite verraten, dass die Melone optimal reif ist

3. Wer möchte, kann diesem unwiderstehlichen Frucht-Drink noch mit Cocktail-Spießchen samt Kiwischeibe und Melonenspalte den letzten Schliff verleihen.

EN - MUSKMELON KIWI

1. Cut several ripe kiwis in half and Livingston JuiceBoost in an instant.
2. Now halve the muskmelon, core it, peel it, cut it into rings about two centimeters thick (make sure that their diameter is slightly smaller than that of the appliance) and juice it using Livingston JuiceBoost.

TIP: Cracks at the base of the stem and a strong aroma on the side opposite the stem indicate that the melon is optimally ripe.

3. If you wish, you can add a kiwi slice and a melon wedge on cocktail sticks as the finishing touch to this irresistible fruit drink.

Packed with over 16 vitamins, this is a real energy booster - it can aid with digestion and detoxification of the body.

FR - CANTALOUPE-KIWI

1. Couper plusieurs kiwis bien mûrs en deux et les préparer en un tournemain dans le Livingston JuiceBoost.
2. Découper à présent également les cantaloups en deux, enlever les grains, les éplucher et les couper en tranches de deux centimètres de large environ (veiller alors à ce que leur diamètre soit légèrement inférieur à celui de l'appareil) et les passer eux aussi dans le Livingston JuiceBoost.

ASTUCE : les fissures ainsi qu'un parfum fort à la base de la queue indiquent que le melon est parfaitement mûr.

3. Si vous le souhaitez, vous pouvez peaufiner la présentation de cette boisson fûtée irrésistible avec des bâtonnets à cocktail décorés de tranches de kiwi et de morceaux de melon.

Avec plus de 16 vitamines, c'est un véritable booster énergétique qui peut aider à la digestion et à la détox.

IT - MELONE-KIWI

1. Tagliate a metà diversi kiwi maturi e in poco tempo otterrete il succo di frutta.
2. Ora tagliate il melone a metà, eliminate i semi, sbucciatelo, tagliatelo ad anelli di circa due centimetri di spessore (facendo attenzione che il diametro sia leggermente inferiore a quello dell'apparecchio) e spremetelo con il Livingston JuiceBoost.

CONSIGLIO: le fessure alla base del gambo e un forte profumo aromatico sul lato opposto al gambo indicano che il melone è perfettamente maturo.

3. Volendo, si può aggiungere il tocco finale a questo irresistibile drink alla frutta con spiedini da cocktail, tra cui una fetta di kiwi e uno spicchio di melone.

Ricco di oltre 16 vitamine, è un vero toccasana per l'energia - può aiutare la digestione e la disintossicazione dell'organismo.

HU - SÁRGADINNYE-KIWI

1. Vágjunk félbe néhány érett kivit, és röviden Livingston JuiceBoost-oljuk.
2. Most kettévágjuk a cukros dinnyét, kimagozzuk, meghámozzuk, kb két centiméter vastag karikákra vágjuk (ügyeljünk arra, hogy az átmérőjük valamivel kisebb legyen, mint a készüléké), és a Livingston JuiceBoost segítségével kifacsarjuk a levét.

TIPP: Repedések a szár tövében és a szárral ellentétes oldalon erős aromás illat jelzi, hogy a dinnye optimálisan érett.

3. Igény esetén koktélrudakkal, köztük egy kiviszettel és egy dinnyeszelettel kiegészítheti ezt az ellenállhatatlan gyümölcsitalt.

Több mint 16-féle vitaminban gazdag, igazi energiabomba - segíthet az emésztésben és a szervezet méregtelenítésében.

CZ - CUKROVÝ MELOU - KIWI

1. Rozkrojte několik zdravých plodů kiwi a jednoduše odšťavněte v přístroji Livingston JuiceBoost.
2. Nyní rovněž rozpuťte cukrový meloun, zbavte jader, oloupejte, nakrájejte na asi dva centimetry silná kolečka (Přitom dbejte na to, aby byl jejich průměr o něco menší než je průměr přístroje) a odšťavněte v přístroji Livingston JuiceBoost.

TIP: Trhliny na klínku stopky a silně aromatická vůně na straně proti stopce prozrazují, že je meloun optimálně zralý.

3. Kdo by chtěl, může tomuto neodolatelnému ovocnému drinku ještě zdokonalit koktejlovým špízem s plátkem kiwi a kouskem melounu.

Plně nabitý více než 16 vitaminy - jedná se o skutečný energetický booster - může pomáhat při trávení a detoxikaci těla.

SK - ŽLTÝ CUKROVÝ MELÓN S KIWI

1. Rozpolte a v Livingston JuiceBooste v rychlosti odšťavněte niekoľko zreľých kiwi
2. Teraz rozpolte žltý cukrový melón, zbavte ho jadierok, ošúpte, nakrájajte na približne dvojcentimetrové plátky (uistite sa, že ich priemer je o niečo menší ako priemer prístroja) a odšťavněte pomocou odšťavovača Livingston JuiceBoost

TIP: Optimálnu zrelosť melóna poznáte podľa praskliniek na spodnej časti stonky a výraznej aromatickej vône na jeho opačnej strane.

3. Ak si želáte tomuto neodolateľnému ovocnému nápoju dodať ešte väčší švih, ozdobte ho koktejlovými tyčinkami doplnenými o plátok kiwi a kúsok melóna.

Tento nápoj je nabitý viac ako 16 vitamínmi a je skutočným posilňovačom energie - môže pomôcť pri trávení a detoxikácii organizmu.

PL - MELON - KIWI

1. Pokrój kilka dojrzałych owoców kiwi i wyciśnij bez trudu, używając Livingston JuiceBoost.
2. Teraz przekrój melon na pół, usuń pestki, obierz ze skóry, pokrój na kółka o grubości ok. dwóch centymetrów (uwzględniając, aby była ona nieco mniejsza niż średnica wlotu urządzenia) i wyciśnij w Livingston JuiceBoost.

PORADA: Pęknięcia przy nasadzie łodygi oraz mocno aromatyczny zapach po stronie przeciwnej do łodygi oznaczają, że melon jest wystarczająco dojrzały.

3. Jeżeli czujemy taką potrzebę, możemy dodać do tego wyjątkowego napoju owocowego patyczek koktajlowy z nadzianymi plasterkami kiwi i kawałkami melona.

Ten napój pełen 16 witamin dodaje energii i wspomaga trawienie oraz detoks ciała.

Zitronenlimonade mit Basilikum



Vollgepumpt mit wertvollen Inhaltsstoffen wie **Calcium**, **Eisen** und **Betacarotin** kann dieser Saft ihr **Immunsystem stärken** und vor freien Radikalen schützen.

1. Die gewünschte Menge Zitronen gut waschen, halbieren, rasch und einfach im Livingston JuiceBoost auspressen und in einem passenden Glas oder Krug mit ausreichend Wasser – je nach Geschmack still oder prickelnd – vermengen.

TIPP: Die Schale von UNBEHANDELTEN Zitronen ist viel zu schade für den Müll – mit ihr lassen sich zahlreiche Köstlichkeiten vom Zitronen-Eistee über herzhafte Pasta-Variationen bis hin zu verschiedensten Desserts und noch vieles, vieles mehr verfeinern.

2. Wer es gern etwas süßer mag kann hier nach Belieben mit etwas Zucker, Honig oder z.B. Agavendicksaft nachsüßen.
3. Nun einige Basilikumblätter sehr fein hacken und in die Limonade einrühren, dann das Ganze etwas im Kühlschrank ziehen lassen und anschließend in eiskalten Gläsern mit Zitronenscheibchen und einem Basilikumzweig servieren. So schmeckt der Sommer!

EN - LEMONADE WITH BASIL

1. Thoroughly wash the desired amount of lemons, halve them, squeeze them gently but firmly in the Livingston JuiceBoost, then dilute with water in a suitable glass or jug: still or sparkling, according to your preference.

TIP: The peel of UNTREATED lemons is far too good for the trash - you can use it to refine numerous delicacies from lemon iced tea, to savory pasta dishes, to a wide variety of desserts and much, much more.

2. If you like it a little sweeter, you can add a little sugar, honey or agave syrup as desired.
3. Next, finely chop a few basil leaves and stir them into the lemonade. Then allow the whole thing to steep in the fridge for a while before serving in ice-cold glasses with lemon slices and a sprig of basil: That's how summer tastes!

Pumped full of important minerals and vitamins like calcium, iron and beta-carotene, this juice can strengthen your immune system and protect against free radicals.

FR - LIMONADE AU CITRON ET AU BASILIC

1. Bien nettoyer la quantité désirée de citrons, les couper en deux et les presser tout simplement dans le Livingston JuiceBoost. Verser dans un verre ou une carafe adaptée avec suffisamment d'eau, plate ou gazeuse selon les goûts.

ASTUCE : ce serait vraiment dommage de jeter la précieuse peau des citrons NON TRAITÉS, alors qu'elle peut être utilisée pour relever de nombreuses préparations délicieuses du thé glacé au citron aux desserts les plus variés, en passant par de savoureuses variations de pâtes et bien plus encore.

2. Ceux qui préfèrent les boissons plus sucrées peuvent ici rajouter à leur goût du sucre, du miel ou encore du sirop d'agave, par exemple.
3. Mélanger à présent quelques feuilles de basilic finement hachées dans la limonade, laisser macérer quelques temps au réfrigérateur puis servir dans des verres glacés avec des tranches de citron et une branche de basilic, et savourer le goût de l'été !

Rempli de composants précieux tels que le calcium, le fer et le bêta-carotène, ce jus de fruits peut renforcer le système immunitaire et protéger des radicaux libres.

IT - LIMONATA AL BASILICO

1. Lavare bene la quantità desiderata di limoni, tagliarli a metà, spremerli velocemente e facilmente nel Livingston JuiceBoost e mescolarli in un bicchiere o in una brocca adatta con acqua sufficiente - liscia o gassata, a seconda dei gusti.

CONSIGLIO: la scorza dei limoni non consumati è troppo buona per essere buttata via: può essere utilizzata per perfezionare numerose prelibatezze, dal tè freddo al limone alle varianti salate della pasta, a un'ampia varietà di dessert e molto altro ancora.

2. Se si preferisce un po' più dolce, si può aggiungere un po' di zucchero, miele o sciroppo d'agave a piacere.
3. Tritare finemente qualche foglia di basilico e mescolarla alla limonata; lasciarla in infusione in frigorifero e poi servirla in bicchieri ghiacciati con fette di limone e un rametto di basilico: è il sapore dell'estate!

Ricco di ingredienti preziosi come calcio, ferro e betacarotene, questo succo può rafforzare il sistema immunitario e proteggere dai radicali liberi.

HU - CITROMOS LIMONÁDE BAZSALIKOMMAL

1. Mossuk meg jól a kívánt mennyiségű citromot, vágjuk félbe, gyorsan és egyszerűen facsarjuk ki a Livingston JuiceBoost-ban, majd megfelelő pohárban vagy kancsóban keverjük össze elegendő - ízlés szerinti szénsavas vagy szénsavmentes vízzel.

TIPP: A KEZELETLEN citrom héját kár a szemétkébe dobni - a citromos jeges teától kezdve a sós ténytavariációkon át a legkülönbözőbb desszertekig és még sok minden más finomítására használható.

2. Ha kicsit édesebben szeretjük, tetszés szerint tehetünk bele egy kis cukrot, mézet vagy agave szirupot.
3. Most vágjunk nagyon apróra néhány bazsalikomlevelet, és keverjük bele a limonádéba - majd hagyjuk az egészet egy kicsit a hűtőben dermedni, majd jéghideg poharakban tálaljuk citromszeletekkel és egy szál bazsalikommal - ez a nyár íze!

Tele van olyan értékes összetevőkkel, mint a kalcium, a vas és a béta-karotin, ez a lé erősítheti az immunrendszert és megvédi a szabad gyököket.

CZ - CITRONOVÁ LIMONÁDA S BAZALKOU

1. Vylisujte požadované množství dobře omytých, rozpůlených citronů rychle a snadno v přístroji Livingston JuiceBoost a zřed'te ve vhodné sklenici nebo ve džbánů dostatečným množstvím vody – podle chuti neperlivé nebo perlivé.

TIP: Kůra NEOŠETŘENÝCH citronů je příliš cenná, než aby byla vyhozena do odpadu – kůrou lze zjemnit řadu lahůdek od citronového ledového čaje přes skvělé variace těstovin až po různé dezerty a mnoho dalších pokrmů.

2. Kdo má raději něco sladšího, může podle libosti přidat trochu cukru, medu nebo např. sirupu z agáve.
3. Nyní nasekejte nejmenno několik lístků bazalky a zamíchejte do limonády - poté drink nechte uležet v chladničce a následně servírujte ve vychlazených sklenicích s plátkou citronu a se snítkou bazalky - tak chutná léto!

Tato šťáva plně nabitá cennými látkami jako kalcium, železo, betakaroten může posílit váš imunitní systém a chránit ho před volnými radikály.

SK - CITRÓNOVÁ LIMONÁDA S BAZALKOU

1. Dobře umyte, rozpol'te, a rýchlo a ľahko v Livingston JuiceBooste odšťavte požadované množstvo citrónov. Ich šťavu podľa chuti rozmiešajte vo vhodnom pohári alebo džbáne s dostatočným množstvom neperlivej alebo perlivej vody.

TIP: Kôra z NEUPRAVENÝCH citrónov je príliš dobrá na to, aby ste ju vyhodili - môžete ju použiť na dolad'ovanie mnohých pokrmov od citrónového ľadového čaju cez slané variácie cestovín až po širokú škálu dezertov a mnohého ďalšieho.

2. Ak máte svoju limonádu radi trochu sladšiu, môžete podľa potreby pridať trochu cukru, medu alebo agávového sirupu.
3. Teraz veľmi jemne nasekajte a do limonády vmiešajte pár lístkov bazalky. Následne nechajte nápoj chvíľu vylúhovať v chladničce a neskôr podávajte v ľadovo vychladených pohároch s plátkami citróna a lístkami bazalky - tak chutí leto!

Táto šťava je plná cenných ingrediencií, ako je vápnik, železo a betakarotén, môže posilniť váš imunitný systém a chrániť vás pred voľnými radikálmi.

PL - LEMONIADA CYTRYNOWA Z BAZYLIĄ

1. Dokładnie umyj odpowiednią ilość cytryn, przekrój je na pół, wyciśnij w Livingston JuiceBoost i zmieszaj w szklance lub dzbanku z odpowiednią ilością wody gazowanej lub niegazowanej.

PORADA: Skórka NIEPRYSKANYCH cytryn jest zbyt cenna, aby ją wyrzucić - możesz udekorować nią wiele pysznych napojów, jak mrożona herbata cytrynowa, dań, takich jak różne potrawy z makaronem, a także np. desery.

2. Jeżeli ktoś woli ten napój na słodko, może dodać nieco cukru, miodu lub np. soku z agawy.
3. Pokrój teraz na drobno kilka liści bazylii i wymieszaj je z lemoniadą. Poem wstaw napój do lodówki, aby przeszedł wszystkimi aromatami, a następnie serwuj w schłodzonych szklankach udekorowanych plasterkami cytryny i gałzkami bazylii - to najlepsze letnie orzeźwienie!

Ten pyszny napój zawiera wiele cennych minerałów i mikroelementów, takich jak wapń, żelazo i beta-karoten, dzięki czemu wzmacnia układ immunologiczny i chroni ciało przed wolnymi rodnikami.

Erdbeer-Rhabarber



Der **schmackhafteste Durstlöscher** der Welt!
Hat **antioxidative Effekte** und kann bei der **Regulierung der Darmtätigkeit** helfen.

1. Mehrere junge, noch zarte Rhabarberstängel von ihren Blättern trennen, waschen und in etwa zweieinhalb bis drei Zentimeter lange Stücke oder Scheiben schneiden.

TIPP: Junger Rhabarber enthält noch geringere Mengen an Oxalsäure, ist daher bekömmlicher, wirkt entwässernd und fördert die Verdauung und das Immunsystem.

2. Die entstieltten Erdbeeren ebenfalls waschen, passend zerkleinern und zusammen mit dem Rhabarber im Livingston JuiceBoost entsaften.

Im edlen Glas, mit einem Topping aus fruchtiger Erdbeere und erfrischender Rhabarberstange macht dieser gesunde Saft sowohl geschmacklich als auch optisch jedem Longdrink leicht Konkurrenz.

EN - STRAWBERRY RHUBARB

1. Separate several young and tender rhubarb stalks from their leaves, wash them, and cut them into pieces or slices approximately 2.5 to 3 cm long.

TIP: Young rhubarb contains smaller amounts of oxalic acid, is therefore more digestible, has a diuretic effect, promotes digestion and boosts the immune system.

2. Next, wash the de-stemmed strawberries, chop them to a suitable size, and press them together with the rhubarb in the Livingston JuiceBoost.

Served in an elegant glass with a topping of fruity strawberries and refreshing rhubarb sticks, this healthy juice easily rivals any long drink, both in terms of taste and appearance.

**The tastiest thirst-quencher in the world!
Has antioxidant effects, and may help regulate
intestinal activity.**

FR - FRAISE-RHUBARBE

1. Débarrasser plusieurs jeunes bâtons de rhubarbe encore tendres de leurs feuilles, les nettoyer et les découper en morceaux ou tranches de deux centimètres et demi à trois centimètres de long.

ASTUCE : la jeune rhubarbe contient encore une faible quantité d'oxalate et elle est ainsi plus facile à digérer, a un effet diurétique et facilite la digestion et renforce le système immunitaire.

2. Retirer les queues des fraises et les nettoyer également. Les découper en morceaux de bonne taille et extraire leur jus dans le Livingston JuiceBoost avec la rhubarbe.

Servi dans un verre élégant avec une décoration de fraises charnues et de bâtons de rhubarbe rafraîchissant, ce jus de fruits sain fait concurrence à n'importe quel long drink, aussi bien par son goût que son aspect.

**La meilleure boisson désaltérante du monde !
Elle a des effets antioxydants et peut aider à réguler la fonction
des intestins.**

IT - FRAGOLA-RABBARO

1. Separare dalle foglie alcuni giovani gambi di rabarbaro ancora teneri, lavarli e tagliarli a pezzi o a fette di circa due centimetri e mezzo o tre.

SUGGERIMENTO: il rabarbaro giovane contiene quantità ancora minori di acido ossalico ed è quindi più facile da digerire, ha un effetto diuretico e favorisce la digestione e il sistema immunitario.

2. Lavare e tagliare le fragole mondate e pressarle insieme al rabarbaro nel Livingston JuiceBoost.

In un elegante bicchiere e con una guarnizione di fragole saporite e rabarbaro rinfrescante, questo succo salutare è in grado di competere con qualsiasi long drink sia per il sapore che per l'aspetto.

**Il più gustoso dissetante del mondo!
Ha effetti antiossidanti e può aiutare a regolare la
funzione intestinale.**

HU - EPER-REBARBARA

1. Válasszunk le néhány fiatal, még zsenge rebarbara szárát a leveleiről, mossuk meg, és vágjuk két és fél - három centiméter hosszú darabokra vagy szeletekre.

TIPP: A fiatal rebarbara még kisebb mennyiségben tartalmaz oxálsavat, ezért jobban emészthető, vizelethajtó hatású, emésztést és immunrendszert serkentő.

2. Mossuk meg és vágjuk fel a hámozott epret, majd nyomjuk össze a rebarbarával a Livingston JuiceBoost-ban.

Elegáns pohárban, gyümölcsös eperrel és frissítő rebarbarával felturbózva ez az egészséges gyümölcslé ízben és megjelenésben is könnyedén vetekszik bármelyik long drinkkel.

**A világ legfinomabb szomjoltója!
Antioxidáns hatása van, és segíthet a bélműködés
szabályozásában.**

CZ - JAHODY - REBARBORA

1. Otrhejte z několika mladých, ještě křehkých stonků rebarbory listy, omyjte je a nakrájejte na asi dva a půl až tři centimetry dlouhé kousky nebo plátky.

TIP: Mladá rebarbora ještě obsahuje malé množství kyseliny šťavelové, je proto zdraví prospěšná, má odvodňující účinky a podporuje trávení a imunitní systém.

2. Jahody zbavené stopek také omyjte, rozkrájejte na kousky a odšťavněte společně s rebarborou v přístroji Livingston JuiceBoost.

Servírovaný ve skle s jahodovou polevou a osvěžujícími rebarborovými stonky může tato zdravá šťáva jak chutí, tak i opticky snadno konkurovat jakémukoliv long drinku.

**K nejchutnějšímu uhašení žízně na světě!
Má antioxidační efekt a může pomáhat při regulaci
činnosti střev.**

SK - JAHODY S REBARBOROU

1. Niekoľko mladých, ešte jemných stoniek rebarbory oddelíte od listov, umyte ich a nakrájajte na kúsky alebo plátky dlhé asi dva a pol až tri centimetre.

TIP: Mladá rebarbora obsahuje menšie množstvo kyseliny šťavelovej a preto je stráviteľnejšia, pôsobí močopudne a podporuje trávenie a imunitný systém.

2. Následne umyte odstopkované jahody, primerane ich nasekajte a spolu s rebarborou odšťavte v Livingston JuiceBooste.

V elegantnom pohári, ozdobený lahodnými jahodami a osviežujúcimi rebarborovými stonkami sa tento zdravý džús chuťou aj vzhľadom s ľahkosťou vyrovná každému long drinku.

**Najchutnejší nápoj na uhasenie smädu na svete!
Má antioxidačné účinky a môže pomôcť regulovať
činnosť čriev.**

PL - TRUSKAWKA - RABARBAR

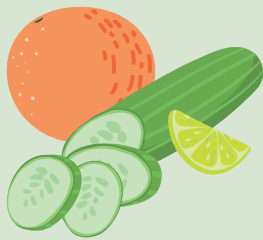
1. Oddziel kilka młodych i jeszcze miękkich łodyg rabarbaru od liści, umyj i pokrój w kawałki lub plasterki o długości od dwóch i pół do trzech centymetrów.

PORADA: Młody rabarbar zawiera jeszcze mało kwasu szczawowego, dzięki czemu jest lekkostrawny, zapobiega zatrzymywaniu wody w organizmie i wspomaga trawienie oraz układ immunologiczny.

2. Oddziel ogonki od truskawek i umyj je, pokrój na odpowiednie kawałki i wyciśnij w Livingston JuiceBoost razem z rabarborem.
3. Po wlaniu do atrakcyjnej szklanki oraz udekorowaniu jej świeżą truskawką i odświeżającą łodygą rabarbaru ten zdrowy sok będzie bez trudu konkurował z każdym drinkiem, zarówno jeżeli chodzi o walory smakowe, jak i wzrokowe.

**Najlepszy napój na pragnienie!
Ma właściwości przeciwutleniające oraz
reguluje pracę jelit**

Gurke-Limette-Orange



Die **B-Vitamine** können **Haare, Haut** und **Nerven** stärken. Das **Vitamin C** kann zusätzlich ihre **Abwehrkräfte** stärken.



1. Eine Gurke waschen, in kurze Stifte schneiden und im Livington JuiceBoost entsaften.
2. Nacheinander ein bis zwei reife Limetten sowie mehrere Orangen halbieren und ebenfalls auspressen.
3. Alle drei Säfte zusammen in passende Gläser füllen, etwas Eis dazu und fertig ist der ebenso isotonische wie gesunde Durstlöcher für Groß und Klein!

TIPP: Mit wenigen Handgriffen zaubern Sie daraus mit Gurkensplitter, Limettenscheibe, Orangen-Spitzen und einer Gurkenschalen-Spirale einen umwerfenden Non-Alcoholic-Cocktail.

EN - CUCUMBER LIME ORANGE

1. Wash a cucumber, cut it into short sticks and juice it in the Livington JuiceBoost.
2. Halve one or two ripe limes and several oranges, squeezing the juice out of them.
3. Pour all three juices together into suitable glasses, add some ice, and your isotonic and healthy thirst-quencher for young and old is ready!



TIP: In just a few simple steps you can conjure up a stunning non-alcoholic cocktail with eye-catching garnishes such as cucumber slivers, lime slices, orange wedges or a cucumber peel spiral.

 The B-vitamins can strengthen hair and skin, and improve nerves. Vitamin C can also strengthen your immune system. 

FR - CONCOMBRE-CITRON VERT-ORANGE

1. Nettoyer un concombre, le couper en bâtonnets et extraire son jus avec le Livington JuiceBoost.
2. Couper et presser également un ou deux citrons verts mûrs ainsi que plusieurs oranges les uns après les autres.
3. Verser les trois jus dans des verres adaptés, ajouter un peu de glace et voilà, votre boisson désaltérante isotonique et saine pour petits et grands est déjà prête !



ASTUCE : vous pouvez faire de ce cocktail sans alcool renversant de véritables œuvres d'art avec des morceaux de concombre, des tranches de citron vert, des pointes d'orange et une spirale de peau de concombre.

 Les vitamines B peuvent renforcer les cheveux, la peau et le système nerveux. La vitamine C peut de plus renforcer vos défenses naturelles. 

IT - CETRIOLO-LIME-ARANCIA

1. Lavare un cetriolo, tagliarlo a bastoncini ed estrarre il succo nel Livington JuiceBoost.
2. Tagliare a metà uno o due lime maturi e diverse arance e spremerle una per una.
3. Versare tutti e tre i succhi in bicchieri adatti, aggiungere del ghiaccio e ottenere un dissetante isotonic e salutare per grandi e piccini!


CONSIGLIO: con pochi semplici passaggi, si può creare un cocktail analcolico di grande effetto con elementi di richiamo come scaglie di cetriolo, fette di lime, punte d'arancia e una spirale di buccia di cetriolo.

 Le vitamine del gruppo B possono rafforzare i capelli, la pelle e i nervi. La vitamina C può anche rafforzare le difese. 

HU - UBORKA-HÁRS-NARANCS

1. Az uborkát megmossuk, rövid rudacsókra vágjuk, és a Livington JuiceBoost-ban kinyomkodjuk.
2. Egy-két érett lime-ot és néhány narancsot egymás után félbevágunk, és szintén kinyomkodjuk.
3. Öntsük mindhárom levet megfelelő poharakba, adjunk hozzá egy kis jeget, és már kész is az izotóniás és egészséges szomjoltó kicsiknek és nagyoknak!

TIPP: Néhány egyszerű lépéssel lenyűgöző alkoholmentes koktélt varázsolhat olyan figyelemfelkeltő anyagokkal, mint az uborkaszemek, limeszek, narancshégyek és egy uborkahéj spirál.

 A B-vitaminok erősíthetik a haját, a bőrt és az idegeket. A C-vitamin erősítheti az immunrendszert is. 

CZ - OKURKA - LIMETA - POMERANČ

1. Omyjte okurku, nakrájejte na kousky a odšťavněte v přístroji Livingston JuiceBoost.
2. Postupně rozpujte jednu až dvě zdravé limety a několik pomerančů a rovněž je vylisujte.
3. Všechny tři šťávy nalijte do vhodné sklenice, přidejte trochu ledu a izotonický stejně jako zdravý nápoj k uhašení žízně pro dospělé i děti je hotov!

TIP: několika málo jednoduchými úkony z nich vykouzlíte pomoci dekorací jako okurkové proužky, plátky limety, proužky pomeranče a spirály z okurkových slupek nedostihný nealkoholický koktejl.



Vitaminy B mohou posílit vlasy, pokožku a nervy. Vitamin C může navíc posílit vaši obranyschopnost.



SK - UHORKA, LIMETKA A POMERANČ

1. Uhorku umyte, nakrájajte a odšťavte v Livingston JuiceBoost.
2. Následne postupne rozpolte a odšťavte jednu až dve zrelé limetky a niekoľko pomarančov.
3. Všetky tri šťavy zmiešajte a nalejte do vhodných pohárov, pridajte trochu ľadu a izotonický zdravý hasič smädu pre malých aj veľkých je hotový!

TIP: Niekoľkými jednoduchými úkonmi vykouzlíte úžasný nealkoholický kokteil s pútačmi, ako sú plátky uhorky, plátky limetky, pomarančové špičky, príp. špirála z uhorkovej šupky.



Vitaminy B môžu posilniť vlasy, pokožku a nervy. Vitamin C môže posilniť váš imunitný systém.



PL - OGÓREK - LIMETKA - POMARAŃCZA

1. Umyj ogórek, pokrój go na krótkie słupki i wyciśnij w Livingston JuiceBoost.
2. Potem przekrój kolejno na pół jedną lub dwie limonki i kilka pomarańczy i również wyciśnij.
3. Wlej wszystkie trzy rodzaje soku do odpowiednich szklanek, dodaj trochę lodu i gotowe! Ten izotoniczny napój świetnie ugasi pragnienie dorosłych i dzieci!

WSKAZÓWKA: Kilka chwil wystarczy, aby sprawić, by napój ten był jeszcze bardziej atrakcyjny. Dodaj kawałki ogórka, plastry limetki, skórkę pomarańczy, spiralę ze skórki ogórka, aby nadać szklance niepowtarzalny charakter.



Witaminy z grupy B mogą wzmacniać włosy, skórę i układ nerwowy. Witamina C może dodatkowo wzmocnić układ immunologiczny.



Ananas - Mango - Limette



Das ist die **geballte Ladung an Nährstoffen**: kann die **Zellen** schützen, ihre **Abwehrkräfte** stärken und für **schöne Haut** sorgen.

1. Entfernen Sie die Schale einer reifen Ananas mit einem Messer und schneiden Sie die Frucht anschließend in etwa 1,5cm dicke Scheiben.
Nachdem Sie den harten Strunk aus deren Mitte herausgelöst haben, legen Sie Scheibe für Scheibe in den Livingston JuiceBoost ein und entsaften diese.
2. Die vollreife Mango ebenso schälen, in mittlere Stücke zerteilen und „boosten“.
3. Zuletzt ein bis zwei Limetten auspressen.
Alle drei Säfte gut mixen, ein rasches Tropical-Topping aus Ananas- und Limettenspalten samt Bambus-Strohalm zaubern und schon haben Sie Ihren persönlichen Karibikurlaub für zwischendurch im Glas.

TIPP: Reife Limetten lassen sich gut am saftigen Grün ihrer Schale erkennen. Wird diese zunehmend gelb und fest ist die Limette überreif und sollte alsbald verzehrt werden.

EN - PINEAPPLE - MANGO - LIME

1. Remove the rind from a ripe pineapple with a knife, and then cut the fruit into slices approximately 1.5 cm thick.
After removing the hard stalk from the middle, place slice-by-slice into the Livingston JuiceBoost and juice them (simply at the push of a button).
2. Peel a fully ripe mango, cut it into medium-sized pieces, and “boost”.
3. Finally, squeeze one or two limes, mix all three juices well, conjure up a quick tropical garnish made from pineapple and lime wedges, and add a bamboo straw - and you've got your own personal Caribbean vacation in a glass...

TIP: Ripe limes can be easily recognized by the rich green color of their peel. If it becomes more yellow and firm, the lime is overripe and should be consumed immediately.

This is the concentrated load of nutrients: it can protect the cells, strengthen their defenses, and ensure beautiful skin.

FR - ANANAS - MANGUE - CITRON VERT

1. Éplucher un ananas mûr avec un couteau et découper ensuite la chair en tranches de 1,5 cm d'épaisseur environ.
Après avoir retiré la partie dure au cœur du fruit, placer les tranches dans le Livingston JuiceBoost pour en extraire le jus (en appuyant tout simplement sur un bouton).
2. Éplucher également la mangue bien mûre, la découper en morceaux de taille moyenne et la « booster ».
3. Presser enfin un ou deux citrons verts, bien mélanger les trois jus, réaliser en un rien de temps une décoration tropicale avec des morceaux d'ananas et de citron vert sur une paille en bambou, et voilà ... vous avez vos vacances aux Caraïbes personnelles dans un verre...

ASTUCE : les citrons verts mûrs se reconnaissent facilement au vert saturé de leur peau. Si celle-ci devient de plus en plus jaune et dure, le citron vert est alors trop mûr et doit être consommé rapidement.

Une bombe de nutriments : peut protéger les cellules, renforcer les défenses naturelles et embellir la peau.

IT - ANANAS - MANGO - LIME

1. Rimuovere la buccia da un ananas maturo con un coltello e tagliare il frutto a fette di circa 1,5 cm di spessore.
Una volta rimosso il gambo duro dal centro, mettere fetta per fetta nel Livingston JuiceBoost e spremere (basta premere il pulsante).
2. Sbucciare allo stesso modo il mango completamente maturo, tagliarlo a pezzi medi e „boostarlo“.
3. Infine, spremere uno o due lime, mescolare bene i tre succhi, creare una rapida guarnizione tropicale di ananas e lime con una cannuccia di bambù - ed ecco la vostra personale vacanza caraibica in un bicchiere...

CONSIGLIO: i lime maturi si riconoscono facilmente dal verde intenso della buccia. Se diventa sempre più giallo e sodo, il lime è troppo maturo e deve essere consumato al più presto.

Si tratta di un concentrato di sostanze nutritive, in grado di proteggere le cellule, rafforzarne le difese e garantire una bella pelle.

HU - ANANÁSZ - MANGÓ - LIME

1. Az érett ananászról késsel távolítsuk el a héját, majd vágjuk a gyümölcsöt körülbelül 1,5 cm vastag szeletekre.
Miután eltávolítottuk a kemény szarát a közepéről, szeletenként tegyük bele a Livingston JuiceBoost-ba, és levezzük le (egy gombnyomással).
2. A teljesen érett mangót meghámozzuk, közepes darabokra vágjuk, és „boostoljuk“.
3. Végül facsarjunk ki egy-két lime-ot, keverjük jól össze mindhárom levét, varázsoljunk gyorsan trópusi feltétet ananászból és lime szeletekből bambuszszalmával - és máris kész a személyes karibi nyaralás egy pohárban...

TIPP: Az érett lime-ot könnyen felismerhetjük héja telt zöld színéről. Ha egyre sárgább és keményebb lesz, a lime túlrett, és azonnal el kell fogyasztani.

Ez a tápanyagok koncentrált terhelése: képes megvédeni a sejteket, erősíti az ellenálló képességünket és szép bőrt biztosít.

CZ - ANANAS - MANGO - LIMETA

1. Olupejte zralý ananas nožem a nakrájejte následně ovoce na plátky silné asi 1,5 cm.
Po vyloupení silného košťálu ze středu vložte plátek po plátku do přístroje Livingston JuiceBoost a odšťavněte je (jednoduše stisknutím knoflíku).
2. Olupejte rovněž zralé mango, rozkrájejte na středně velké kusy a odšťavněte je.
3. Nakonec vylisujte jednu až dvě limety, všechny tři šťávy dobře promixujte, vykouzlete rychlý topping tropical z kousků ananasu a limety a bambusového brčka - a už máte ve sklenici svou malou dovolenou v Karibiku ...

TIP: Zralé limety se snadno poznají podle sytě zelené kůry. Pokud je kůra již téměř žlutá a pevná, je limeta přezralá a měla by být co nejdříve spotřebována.

Představuje velkou porci sbalených výživných látek: může chránit buňky, posilovat vaši obranyschopnost a zajistí krásnou pokožku.

SK - ANANÁS A MANGO S LIMETKOU

1. Zo zrelého ananásu odkrojíte kôru a ovocie nakrájajte na približne 1,5 cm hrubé plátky.
Po odstránení tvrdej stredovej stonky vložte plátky do odšťavovača JUICE-BOOST a (jednoduchým stlačením tlačidla) ich odšťavte.
2. Úplne zrelé mango ošúpte, zbavte kôstky, nakrájajte na stredne veľké kusy a taktiež „odšťavte“.
3. Nakoniec vytlačte jednu alebo dve limetky, všetky tri šťavy spolu dobre premiešajte, pridaním bambusovej slamky vykúzlíte rýchly tropický drink ozdobený ananásom a kúskom limetky - a užite si svoju osobnú dovolenku v Karibiku v pohári...

TIP: Zrelé limetky ľahko spoznáte podľa syto zelenej farby ich šupky. Ak je limetka čoraz žltšia a pevnejšia, je prezatá a treba ju urýchlene skonzumovať.

Tento nápoj je koncentrovanou dávkou živín: môže chrániť bunky, posilniť ich obranyschopnosť a zabezpečiť krásnu pleť.

PL - ANANAS - MANGO - LIMONKA

1. Weź dojrzałego ananasa, usuń z niego skórkę ostrym nożem i potnij owoc na plastry o grubości ok. 1,5 cm.
Po usunięciu włóknistego rdzenia wkładaj plasterki kolejno do Livingston JuiceBoost i wyciskaj z nich sok (wystarczy nacisnąć przycisk).
2. Obierz również dojrzałe mango, pokrój na kawałki średniej wielkości i wyciśnij w urządzeniu.
3. Na koniec wyciśnij jedną lub dwie limonki, dobrze wymieszaj cały sok, a potem udekoruj szklankę w stylu tropikalnym, dodając kawałki ananasa, limonki i słomkę bambusową. W ten sposób wyczarujesz nastrój rodem z urlopu na Karaibach...

PORADA: Dojrzałe limonki można poznać po intensywnie zielonej skórce. Jeżeli staje się ona coraz bardziej żółta i twarda, oznacza to, że limonki niedługo będą przejrzałe i należy je jak najszybciej spożyć.

Nápoj ten zawiera potężny ładunek składników odżywczych, który może chronić komórki, wzmacniać odporność i poprawić wygląd skóry.

Nektarine-Vanille



Schmeckt nicht nur himmlisch, sondern das Vitamin K kann Herz und Kreislauf gesund halten

1. Nektarinen waschen, entsteinen, in Spalten schneiden und im Livingston JuiceBoost entsaften.
2. Mit einem scharfen Messer eine Vanilleschote vorsichtig der Länge nach einschneiden und anschließend das Mark mittels des Messerrückens aus beiden Hälften der Schote herausstreifen.

TIPP: Die Produktion von Vanille ist besonders aufwändig und macht diese daher zu einem der teuersten Gewürze der Welt – ihre Schale nach entfernen des Marks einfach ungenutzt wegzuwerfen wäre also verkehrt - lassen sich mit ihr doch noch eine Vielzahl an raffinierten Kreationen wie Vanillezucker, -sirup, -extrakt, -eis, -pudding und auch einige pikante Gerichte herstellen und verfeinern.

3. Den Nektarinsaft und das Vanillemark gut per Hand oder mit einem Mixer verquirlen und vorzugsweise auf etwas Crushed Ice servieren.
Ein, zwei Nektarinspalten auf einer Vanillestange aufgespießt und über den Glasrand gelegt verleihen dieser einmaligen Saft-Kreation nicht nur das noble Aussehen sondern auch ein unvergleichliches Aroma.

EN - NECTARINE VANILLA

1. Wash the nectarines, de-stone them, cut them into medium-sized wedges, and juice them in the Livingston JuiceBoost.
2. Use a sharp knife to carefully cut a vanilla pod lengthwise, and then use the back of the knife to extract the pulp from both halves of the pod.

TIP: The production of vanilla is particularly complex, making it one of the most expensive spices in the world - it would be wrong to simply throw away its shell after removing the pulp - but you can still use it to make a variety of sophisticated creations such as vanilla sugar, syrup and extract, ice cream, and pudding, and also to make and refine some savory dishes.

3. Whisk the nectarine juice and vanilla pulp well by hand or with a mixer, and preferably serve over crushed ice.
One or two nectarine wedges skewered on a vanilla pod and placed over the edge of the glass not only give this unique juice creation a fantastic presentation, but also an incomparable aroma!

Not only does this drink taste heavenly, but the vitamin K can keep your heart and circulation in good working order.

IT - PESCA NOCE - VANIGLIA

1. Lavare e snocciolare le pesche noci, tagliarle a fette medie e metterle nel succo del Livingston JuiceBoost.
2. Con un coltello affilato, tagliate con cura un baccello di vaniglia nel senso della lunghezza e rimuovete i semi da entrambe le metà del baccello con il dorso del coltello.

CONSIGLIO: la produzione della vaniglia è particolarmente impegnativa e la rende una delle spezie più costose al mondo - per cui sarebbe sbagliato gettare via il baccello inutilizzato dopo averne rimosso il nocciolo - poiché può essere utilizzata per realizzare e perfezionare una varietà di creazioni sofisticate come lo zucchero vanigliato, lo sciroppo, l'estratto, il gelato, la crema pasticcera e persino alcuni piatti piccanti.

3. Frullare bene il succo di pesche noci e la polpa di vaniglia a mano o con un frullatore e servire, preferibilmente con un po' di ghiaccio tritato.
Una o due fette di pesche noci infilzate su un baccello di vaniglia e poste sul bordo del bicchiere conferiscono a questa singolare creazione di succo non solo la necessaria nobiltà ma anche un sapore incomparabile...)

Non solo ha un sapore delizioso, ma la vitamina K può mantenere in salute il cuore e la circolazione.

FR - NECTARINE-VANILLE

1. Nettoyer les nectarines, enlever les noyaux, les découper en morceaux de taille moyenne et extraire leur jus avec le Livingston JuiceBoost.
2. Couper les gousses de vanille prudemment avec un couteau affûté dans le sens de la longueur et gratter ensuite l'intérieur des deux moitiés avec le dos du couteau.

ASTUCE : la production de la vanille est particulièrement difficile ce qui en fait une des épices les plus chères du monde. Ne pas jeter les gousses une fois l'intérieur extrait, étant donné qu'elles peuvent encore servir à préparer et affiner de nombreuses créations suaves telles que du sucre vanillé, du sirop ou de l'extrait de vanille, de la glace ou de la crème à la vanille et d'autres plats relevés.

3. Bien mélanger le jus de nectarine et l'extrait de vanille à la main ou avec un mixeur et servir de préférence sur un peu de glace pilée
Un ou deux quartier de nectarine en broche sur une gousse de vanille et posés sur le bord du verre donnent à cette création de jus de fruits unique non seulement une touche de noblesse, mais aussi un arôme inoubliable.)

Ce jus de fruits n'a pas seulement un goût divin, la vitamine K qu'il contient peut préserver la bonne santé du cœur et du système cardio-vasculaire.

HU - NECTARINE VANILLA

1. A nektarint megmossuk, kimagozzuk, közepes szeletekre vágjuk, és a Livingston JuiceBoost-ban kifacsarjuk.
2. Egy éles késsel óvatosan vágjunk el hosszában egy vaníliarudat, majd a kés hátuljával távolítsuk el a pépet a hüvely mindkét feléről.

TIPP: A vanília termesztése különösen bonyolult, ezért a világ egyik legdrágább fűszere – ha a pép eltávolítása után egyszerűen eldobjuk a héját, az rossz lenne – számos kifinomult alkotás, például vaníliás cukor készítésére is alkalmas: szirup, kivonat, fagyalt, puding, valamint néhány sós étel elkészítése és finomítása.

3. A nektarin levét és a vanília pépet kézzel vagy mixerrel jól habosra keverjük, és lehetőleg zúzott jégen tálaljuk.
Egy-két vaníliarúdra felnyársalt nektarinszelet a pohár szélére helyezve nem csak a kellő nemességét adja ennek az egyedi léalkotásnak, hanem páratlan aromát is...)

Nemcsak mennyei íze van, de a K-vitamin meg is őrizheti a szív és a keringés egészségét.

CZ - NEKTARINKA - VANILKA

1. Nektarinky omyjte, vypeckujte, nakrájejte na středně velké kousky a odšťavněte v přístroji Livingston JuiceBoost.
2. Nožem opatrně podélně rozřízněte vanilkový luska a následně pomocí tupé strany nože vydlabejte dužinu z obou polovin lusku.

TIP: Produkce vanilky je velmi nákladná a to ji činí jedním z nejdražších koření na světě - vyhodit její nepoužitý luska po odstranění dužiny by bylo jednoduše chybou - s jeho pomocí lze ještě vytvořit rafinované kreace jako vanilkový cukr, sirup, extrakt, zmrzlinu, pudink a pikantní pokrmy a zjemnit je.

3. Šťavu z nektarinek a vanilkovou dužinu dobře promíchejte ručně nebo mixérem a servírujte nejlépe na troše drceného ledu. Této jedinečné kreaci z džusu propůjčí nejen nezbytnou noblesu, ale i nezaměnitelné aroma jeden nebo dva kousky nektarinky napichnuté na vanilkový luska a položené přes hranu sklenice.)

**Nejen, že božsky chuťná,
ale vitamín K udržuje zdravé srdce
a krevní oběh.**

SK - NEKTARINKY S VANILKOU

1. Nektarinky umyte, odkóstkujte, nakrájajte na stredné veľké kolieska a odšťavte v Livingston JuiceBoost.
2. Ostrým nožom opatrne pozdĺžne rozrežte vanilkový luska a tupou stranou noža vytlačte dužinu z oboch polovic lusku.

TIP: Pestovanie vanilky je obzvlášť zložitá, a to z nej robí jednu z najdrahších korenín na svete - jednoduché vyhodenie jej šupky po vyjmutí dužiny by preto bolo nesprávne - dajú sa z nej vyrobiť ďalšie sofistikované kreácie ako napríklad vanilkový cukor, sirup, extrakt, zmrzlina, puding a možno ju tiež použiť na prípravu a zjemnenie niektorých slaných jedál.

3. Šťavu z nektarínok a dužinu z vanilky ručne alebo mixérom dobre vyšľahajte a podávajte, najlepšie s trochou drveného ľadu. Jeden alebo dve kolieska nektarínok napichnuté na vanilkovej tyčinke a prevesené cez okraj pohára dodávajú tomuto jedinečnému džúsovému výtvaru nielen potrebnú noblesu, ale aj neporovnateľnú vôňu.)

**Nielenže chuť božsky,
ale vitamín K dokáže udržať vaše srdce a
krevný obeh zdravé.**

PL - NEKTARYNKA - WANILIA

1. Umyj nektarynki i usuń z nich pestki, pokrój na plastry średniej wielkości i wyciśnij z nich sok w Livingston JuiceBoost.
2. Oстрым nożem ostrożnie przetnij laskę wanilii wzdłuż i usuń tępyм końcem mięsz z obydwu połówek.

PORADA: Uprawa wanilii jest bardzo trudna, przez co jest ona jedną z najdroższych przypraw świata. Nie ma więc sensu wyrzucać jej skórki po usunięciu mięszu, ponieważ można ją wykorzystać na wiele różnych sposobów, np. przygotowując z niej cukier, syrop, ekstrakt waniliowy, lody waniliowe, budyń waniliowy, a nawet dodając ją jako przyprawę do ostrych dań.

3. Dobrze wymieszaj sok z nektarynek i mięsz wanilii ręcznie lub za pomocą miksera i podaj najlepiej z dodatkiem kruszonego lodu. Jeden lub dwa plasterki nektarynek nadziane na laskę wanilii i założone na brzeg szklanki sprawiają, że ten unikalny napój owocowy będzie nie tylko szlachetnie wyglądać, ale też niepowtarzalnie smakować...)

**Ten napój nie tylko smakuje doskonale,
ale także zawiera witaminę K, która wpływa korzystnie
na serce i układ krążenia.**

Zitrone-Birne



Vollgepackt mit natürlichen **Antioxidantien**, die Ihnen beim **Abnehmen** helfen können.

1. Die Birnen gut waschen und in Spalten schneiden. Im Livingston JuiceBoost entsaften.

TIPP: Es gibt im Handel unzählige unterschiedliche Birnensorten und nicht alle eignen sich auch besonders gut zur Saffherstellung – für eingehende Beratung diesbezüglich empfiehlt sich also durchaus, den Bauern aus der Region oder dem Marktstand um die Ecke wieder einmal einen Besuch abzustatten.

2. Ebenso die halbierten Zitronen auspressen und den Saft zu dem der Birnen hinzugeben.

Ob verdünnt mit etwas Mineralwasser nach dem Sport oder pur als leckerer After-Work-Drink, diese einfach und schnell zubereitete Vitaminbombe macht immer eine gute Figur und sorgt für den belebenden Kick ohne Alkohol.

EN - LEMON PEAR

1. Wash the pears well and cut them into wedges. Juice in the Livingston JuiceBoost.

TIP: There are countless different types of pears available, and not all of them are particularly suitable for making juice: for more detailed advice on this, we recommend visiting local farmers or a nearby market.

2. Squeeze the halved lemons and add the juice to the pears.

Whether as a spritzer with some mineral water after exercise or alone as a delicious after-work drink - this easily and quickly prepared vitamin bomb always looks good and provides an invigorating kick WITHOUT ALCOHOL.

Packed with natural antioxidants that can help you lose weight.

FR - CITRON - POIRE

1. Bien nettoyer les poires et les couper en quartiers. Extraire leur jus avec le Livingston JuiceBoost.

ASTUCE : on trouve un nombre incalculable de variétés de poires dans le commerce et elles ne conviennent pas toutes particulièrement bien aux jus de fruits – pour être bien conseillé, il est recommandé d'aller rendre visite aux agriculteurs de la région ou au marché du coin.

2. Ajouter le jus des citrons, eux aussi coupés en deux et pressés, à celui des poires.

Avec un peu d'eau minérale (comme spritz) après le sport ou pure comme délicieuse boisson après le travail, cette bombe de vitamines facile et rapide à préparer a toujours belle allure et ravive à coup sûr et SANS ALCOOL.

Plein à craquer d'antioxydants qui peuvent vous aider à perdre du poids.

IT - LIMONE - PERA

1. Lavare bene le pere e tagliarle a spicchi. Estrarre il succo nel Livingston JuiceBoost.

CONSIGLIO: esistono innumerevoli varietà di pere sul mercato e non tutte sono particolarmente adatte per la produzione di succo; per avere consigli approfonditi in merito, vale sicuramente la pena di visitare il contadino locale o il banco del mercato dietro l'angolo.

2. Spremere i limoni tagliati a metà e aggiungere il succo alle pere.

Sia che venga (aggiunto acqua minerale/come Schorle) dopo lo sport, sia che sia pura come deliziosa bevanda dopo il lavoro, questa bomba di vitamine, facile e veloce da preparare, fa sempre una bella figura e fornisce un'energia tonificante SENZA ALCOL.

Ricco di antiossidanti naturali che possono aiutare a perdere peso.

HU - CITROM - KÖRTE

1. A körtét jól megmossuk, szeletekre vágjuk. A Livingston JuiceBoost-ban kifacsarjuk.

TIPP: Számtalan körtefajta található a piacon, és nem mindegyik alkalmas kifejezetten gyümölcslé készítésére – így az ezzel kapcsolatos részletesebb tanácsokért mindenképpen célszerű felkeresni a helyi gazdákat vagy a sarki piacot.

2. A félbevágott citromokat facsarjuk ki, és a levét adjuk a körtéhez.

Akár (permetezve/fröccsként) ásványvízzel edzés után, akár tisztán, finom munka utáni italként – ez a könnyen és gyorsan elkészíthető vitaminbomba mindig jól néz ki, és ALKOHOLMENTESEN ad élénkítő hatást.

Tele van természetes antioxidánsokkal, amelyek segíthetnek a fogyásban.

CZ - CITRON - HRUŠKA

1. Hrušky dobře omyjte a nakrájejte na kousky. Odšťavněte v přístroji Livingston JuiceBoost.

TIP: Na trhu je řada různých druhů hrušek a ne všechny jsou ideálně vhodné pro výrobu šťáv - odbornou radu v této záležitosti nejlépe získáte od pěstitelů v daném regionu nebo při návštěvě tržště v místě vašeho bydliště.

2. Vylisujte také rozpůlené citrony a přilijte šťavu z hrušek.

Ať už (přestříknutý/jako střík) s malým množstvím minerální vody po sportu nebo jen jako chutný nápoj po práci - tato snadno a rychle připravená vitamínová bomba vždy přispěje k hezké postavě a zajistí osvěžující povzbuzení BEZ ALKOHOLU.

**Plný přírodních antioxidantů,
které mohou pomoci při hubnutí.**

SK - CITRÓNOVÁ ŠŤAVA S HRUŠKOU

1. Hrušky dobre umyte a nakrájajte na mesiáčiky. Odšťavte v Livingston JuiceBooste.

TIP: Na trhu sa nachádza nespočetné množstvo rôznych druhov hrušiek, pričom nie všetky sú vhodné na prípravu ovocných štiav. Pre podrobnejšie rady v tejto oblasti vám odporúčame navštíviť vašich lokálnych farmárov alebo stánok na trhu za rohom.

2. Citróny rozkrojte, odšťavte a ich šťavu pridajte k hruškám.

Či už (sýtené/spritzery) s minerálnou vodou po cvičení alebo čisté ako lahodný nápoj po práci - táto jednoducho a rýchlo pripraviteľná vitamínová bomba vždy vyzerá dobre a poskytne vám známe povzbudzujúce „nakopnutie“ BEZ ALKOHOLU.

**Nabitá prírodnými antioxidantmi,
které vám pomôžu schudnúť.**

PL - CYTRYNA - GRUSZKA

1. Dokładnie umyj gruszki i pokrój je na ćwiartki. Wyciśnij w JLivington JuiceBoost.

PORADA: Na rynku dostępne są różne gatunki gruszek i nie wszystkie dobrze nadają się do wyciskania soku. Sprzedawcy na targu chętnie doradzą, które odmiany należy wybrać.

2. Wyciśnij sok z cytryn przekrojonych na pół i zmieszaj go z sokiem z gruszek.
3. Ten napój z dodatkiem niewielkiej ilości (gazowanej) wody, albo nawet bez dodatków, doskonale orzeźwia po ciężkim dniu w pracy, a dzięki temu, że jest łatwy w przygotowaniu i zawiera dużo witamin, zapewnia dobrą sylwetkę i dodaje energii, NIE ZAWIERAJĄC przy tym ALKOHOLU.

**Napój jest pełen naturalnych przeciwutleniaczy,
které pomagają zrzucić wagę.**

LIVINGTON®

JuiceBoost

CH: MediaShop Schweiz AG | Leuholz 14 | 8855 Wangen | Switzerland
EU: MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria
Forgalmazó: Telemarketing International Kft. | 9028 Győr | Fehérvári út 75. | Hungary

DE/AT: 0800 376 36 06 CH: 0800 376 360 - kostenlose Servicehotlines
ROW: +43 1 267 69 67

office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv

Made in China, Stand: 11/2025 | M36657