

**PHILIPS**

Avance Juicer

MicroMasticating technology



**Inspiring recipes**  
for the Philips Avance Collection Juicers



# Table of content



# Introduction 5

## Recipes

Grasshopper	15
Green eyecatcher	19
Red sensation	23
Cranapple	27
Summer sun	31
Beautylicious	35
Farmers market	39
Love it up	43
Pear blossom	47
Immunblast	51
Pure citrus	55
Power shot	59
Yellow thunder	63
Tomato basil soup	67
Heart rocker	71
Sunny peach	75
Frozen yoghurt	79
Milk shake	83
Soy milk / almond milk	87
Sunset	91

# Unleash all the goodness from fruits & vegetables into your glass

Eating the right amount of fruits and vegetables is widely recognized as one of the most important elements of a healthy eating plan. Unfortunately, it's hard to eat enough of them if you're leading a busy life and don't have a lot of time to prepare interesting menus. That's why squeezing fresh, home-made juices is a great – and fast – way to include the right combination of fruits and vegetables in your daily routine.



## Making juicing better

Philips is now introducing a new-generation juicer that will allow you to unleash all the goodness of fruits and vegetables into your glass, so that you can enjoy a highly nutritious glass of juice every day! Philips is a global leader in healthcare and personal well-being, and focuses on improving people's lives through meaningful innovation. As leading juicer brand worldwide, Philips gives you the results you want by developing the most advanced products – such as the Avance juicer with MicroMasticating technology.

## Extract up to 90% of the whole fruit

The new Philips Avance Juicer is designed to help you to get the very best out of fruits and vegetables. Thanks to its MicroMasticating technology, you can now squeeze up to 90% of the whole fruit\* into your glass. Fruits and vegetables are composed of millions of cells that contain juice rich in vitamins and nutrients. MicroMasticating technology opens up these cells by cutting the external and internal cell walls into microscopic parts, thereby releasing more of the goodness from fruits and vegetables for you to enjoy.

## Clean in less than one minute

Your new Philips Avance juicer was designed to make daily juicing possible even on your busiest days. It's easy to use and quick to clean because the pre-clean function helps to get the last drops of juice into your glass while removing leftovers from the juicing chamber. Afterwards, it takes less than a minute for you to rinse all the necessary parts clean under the tap – and you don't need to clean the sieve, because there isn't one!

\* Internal tests on 1000g each of grapes, apple, black berry, strawberry, tomato, watermelon, orange and pomegranate.

## Healthy, tasty juice every day

With its slim design (only 11cm wide), the Philips Avance was thoughtfully designed for your kitchen worktop. It's also been created to give you the benefit of a very wide range of ingredients: you can pop in a banana, mango, avocado or even almonds, wheatgrass, leaves and nuts. Surprise yourself or your loved ones with a different healthy and tasty juice full of delicious, concentrated goodness every day.



RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS





RU

## Максимум питательных веществ из фруктов и овощей в каждом стакане сока

Одним из основных принципов здорового питания является употребление в пищу правильного количества фруктов и овощей. Однако это не всегда просто, особенно если вы ведете активный образ жизни и у вас нет свободного времени на приготовление интересных блюд. Свежие соки, приготовленные в домашних условиях, — это прекрасное и быстрое решение, которое поможет включить в ежедневное меню фрукты и овощи.

### Простое решение для приготовления сока

Dabei ist es natürlich wichtig, dass der Entsafter das Beste aus Ihren Früchten und Gemüse macht. Das einfache Bedienen, das schnelle Ergebnis und die Extraktion des Saftes bis zur letzten Tropfen — das sind die Hauptmerkmale einer guten Entsafter. Philips stellt ein einzigartiges Gerät der neuesten Generation — den Entsafter Avance mit der MicroMasticating-Technologie dar. So erhalten Sie das Maximum an Nährstoffen in jedem Glas Saft und genießen sich an gesunden Getränken aus Obst und Gemüse jeden Tag!

Philips — мировой лидер в области здравоохранения и повышения качества жизни. Целью компании является создание значимых инноваций, которые помогут сделать жизнь людей лучше. Будучи ведущим мировым брендом в сфере производства соковыжималок, компания Philips создает инновационные решения, такие как соковыжималка Avance с технологией MicroMasticating, чтобы вы могли легко и быстро получать оптимальный результат.

### Максимальное количество сока из плода: до 90 %\*

Благодаря новой соковыжималке Philips Avance вы сможете получить максимальное количество сока из фруктов и овощей: технология MicroMasticating позволяет выжимать до 90 % сока из плода\*. Фрукты и овощи состоят из множества клеток, которые содержат сок, витамины и другие жизненно важные питательные вещества. Инновационная технология Philips MicroMasticating раскрывает клетки, что обеспечивает максимальную экстракцию сока из любимых плодов и сохранение их полезных свойств.

### Очистка занимает меньше одной минуты

Новая соковыжималка Philips Avance позволит вам готовить соки каждый день, даже если у вас нет свободного времени. Прибор очень удобен в использовании и в очистке: благодаря функции предварительной очистки сок до последней капли попадает в чашку, а жмых удаляется из камеры соковыжималки. На промывку всех деталей уйдет не больше одной минуты, а так как в приборе отсутствует фильтр, то его очистка вовсе не требуется!

### Полезный и вкусный сок каждый день

Мы тщательно разрабатывали дизайн Philips Avance, чтобы вы могли удобно разместить прибор на рабочей поверхности. В результате была создана компактная конструкция — всего 11 см в ширину. Кроме того, вы сможете готовить сок из разнообразных ингредиентов: банана, манго, авокадо или даже замоченных орехов (например, миндаля), зелени и ростков пшеницы. Побалуйте себя и своих близких разнообразными полезными и вкусными соками.

\*По данным внутрикорпоративного тестирования, проведенного с использованием 1 кг винограда, яблок, ежевики, клубники, помидоров, арбуза, апельсинов и граната.

UK

## Зберіть усю харчову цінність фруктів та овочів у склянці

Споживання належної кількості фруктів та овочів вважається одним із найважливіших елементів плану здорового харчування. На жаль, важко їсти їх в достатній кількості, якщо Ви зайняті й не маєте багато часу для приготування цікавих меню. Тому вичавлення свіжого, домашнього соку є чудовим і швидким способом включити правильне поєднання фруктів та овочів у розпорядок дня.

### Краще приготування соку

Звичайно, важливо, щоб соковыжималка допомагала отримувати максимум із продуктів, а також була швидкою та простою у користуванні. Сьогодні компанія Philips представляє нову соковыжималку нового покоління Avance з технологією MicroMasticating, яка дозволить зібрати усю харчову цінність фруктів та овочів у склянці, завдяки чому можна насолоджуватися надзвичайно поживною склянкою соку щодня!

Компанія Philips є світовим лідером у сфері здоров'я та хорошего самопочуття і зосереджується на покращенні життя людей за допомогою важливих інновацій. Будучи провідною світовою маркою соковыжималок, Philips забезпечує потрібні результати, розробляючи вдосконалені вироби, такі як соковыжималка Avance з технологією MicroMasticating.

### Вичавлюйте до 90%\* цілого фрукта

Нову соковыжималку Philips Avance розроблено для отримання усього найкращого з фруктів та овочів. Завдяки її технології MicroMasticating тепер можна вичавити до 90% цілого фрукта\* у склянку. Фрукти й овочі складаються з декількох тисяч клітин, які містять сік, вітаміни та інші важливі поживні речовини. Інноваційну технологію Philips MicroMasticating створено для відкриття клітин і вичавлення максимуму з усіх улюблених продуктів та доступу до харчової цінності фруктів та овочів.

### Чистіть менше, ніж за хвилину

Нову соковыжималку Philips Avance створено для шоденного вичавлення соку, навіть у найбільш зайняті дні. Її легко використовувати та швидко чистити, оскільки функція попереднього очищення сприяє потраплянню останніх крапель соку у склянку, видаляючи залишки з відділення для вичавлення соку. Після цього потрібно менше хвилини, щоб сполоскати всі потрібні частини під краном, — і не потрібно мити сито, оскільки його немає!

### Корисний, смачний сік щодня

Маючи тонкий дизайн (лише 11 см у ширину), Philips Avance обдуманно розроблено для Вашої робочої поверхні в кухні. Її також створено для споживання дуже широкого асортименту продуктів: можна вставити банан, манго, авокадо або навіть замочений мигдаль, паростки пшениці, листя та замочені горіхи. Дивуйте себе або своїх близьких щоразу іншим корисним та смачним соком, повним концентрованої харчової цінності щодня.

\*Власні тестування з використанням 1000 г винограда, яблук, ожини, полуниці, помідорів, кавунів, апельсинів та граната.

PL

## Uwolnij wszystkie zalety owoców i warzyw wprost do szklanki

Powszechnie wiadomo, że spożywanie odpowiednich porcji owoców i warzyw to jeden z najważniejszych elementów zdrowej diety. Nie jest to jednak takie łatwe, gdy jesteśmy bardzo zajęci i nie mamy zbyt wiele czasu na przygotowywanie ciekawych potraw. Dlatego wyciskanie świeżych, domowych soków to świetny i szybki sposób na wprowadzenie odpowiedniej ilości owoców i warzyw do codziennej diety.

### Jeszcze lepszy sok

Bardzo ważne jest, aby sokowirówka pomagała Ci szybko i z łatwością wyciągać ze składników to, co najlepsze. Firma Philips przedstawia nowa sokowirówkę Avance wyposażoną w technologię MicroMasticating – to urządzenie nowej generacji, dzięki któremu uwolnisz wszystkie zalety owoców i warzyw wprost do szklanki. Możesz rozkoszować się pożywным sokiem każdego dnia!

Firma Philips jest światowym liderem w dziedzinie zdrowia i dobrego samopoczucia. Jej misją jest poprawa jakości życia dzięki znaczącym innowacjom. Jako światowy lider na rynku sokowirówek firma Philips, spełniając potrzeby klientów, pracuje nad najbardziej zaawansowanymi produktami – takimi jak sokowirówka Avance z technologią MicroMasticating.

### Wyciskanie do 90%\* owoców

Nowa sokowirówka Philips Avance została zaprojektowana, aby pomóc Ci wycisnąć z owoców i warzyw to, co najlepsze. Dzięki technologii MicroMasticating możesz teraz wycisnąć do 90%\* owoców i warzyw zbudowane są z wielu tysięcy komórek zawierających sok, witaminy i inne składniki odżywcze. Innowacyjna technologia MicroMasticating firmy Philips została opracowana tak, aby otwierać te komórki i wycisnąć z nich maksymalną liczbę Twoich ulubionych składników, a tym samym uwalniać dla Ciebie wszystkie zalety owoców i warzyw.

### Czyszczenie zajmuje mniej niż minutę

Nowa sokowirówka Philips Avance została stworzona po to, by umożliwić Ci codzienne spożywanie soków nawet w najbardziej aktywne dni. Jest łatwa w obsłudze i szybka w czyszczeniu, ponieważ dzięki funkcji wstępnego czyszczenia można przelać ostatnie krople soku do szklanki podczas usuwania resztek z komory wyciskania. Po przyrządzeniu soku umycie pod bieżącą wodą odpowiednich części zajmuje mniej niż minutę. Przy tym nie trzeba czyścić sitka, bo go nie ma!

### Zdrowy i smaczny sok każdego dnia

Dzięki pomysłowo zaprojektowanej, smukłej konstrukcji (zaledwie 11 cm szerokości) sokowirówka Philips Avance idealnie nadaje się do używania na blacie kuchennym. Radzi sobie z wieloma składnikami – bananem, mango, awokado, a nawet namoczonymi migdałami i innymi orzechami, młoda, zielona pszenice i listkami. Zaskocz siebie i swoich bliskich, serwując każdego dnia najróżniejsze zdrowe i smaczne soki pełne wartości odżywczych.

\* Dane na podstawie testów wewnętrznych przeprowadzonych na 1000 g winogron, jabłek, czarnej porzeczki, truskawek, pomidorów, arbużów, pomarańczy i granatów.

KK

## Жеміс пен көкөністердің барлық шырынды бөліктерін ыдысқа салыңыз

Жеміс пен көкөністердің қажетті мөлшерін жеу пайдалы ас ішу жоспарындағы ең маңызды элементтердің бірі ретінде кеңінен танылған. Өкінішке орай, жұмыстан қолыңыз босамаса және қызықты мәзірді даярлауға уақытыңыз жоқ болса, оларды жеткілікті мөлшерде тұтынып жүру қиынға соғады. Осы себепті фреш сығу, үйде жасалған шырындар — күнделікті өміріңізге жемістер мен көкөністердің қажетті мөлшерін қосудың ең тамаша, әрі жылдам жолы.

### Шырынды сығуды жақсарту

Шырын сығу құралының ингредиенттердің мүмкіндігінше барын сығуға көмектесуі, сонымен қатар, қолданыста жылдам және жеңіл болуы, әлбетте, маңызды болып табылады. Philips компаниясы MicroMasticating технологиясы бар Avance шырынды сығу құралын ұсынады. Бұл құрал — жемістер мен көкөністердің барлық шырынды бөліктерін ыдысқа салып, құнарлығы жоғары бір стакан шырынның ләззатын күнде татуға мүмкіндік беретін шырынды сығу құралының жаңа дәуірі!

Philips компаниясы — денсаулықты сақтау және жеке салауатты өмір салтын жақсарту саласындағы әлемдік көшбасшы және пайдалы инновациялар арқылы адамдардың өмірлерін жақсартуға бағытталған. Әлемдегі шырынды сығу құралы бойынша көшбасшы бренд ретінде Philips компаниясы ең жоғары сапалы өнімдерді жетілдіру арқылы сізге қалаған нәтижелеріңізді ұсынады, мысалы, MicroMasticating технологиясыбар Avance шырын сығу құралы.

### Жемістің 90%\* дейін толықтай шырынын сығу

Жаңа Philips Avance шырын сығу құралы — көкөністер мен жемістердің барлық құнарын алуға көмектесуге арналған өнім. MicroMasticating технологиясының арқасында жемістің\* 90% дейін шырынын толықтай ыдысқа сығу мүмкін болды. Жемістер мен көкөністер құрамында шырын, витамин және басқа да өмірге қажетті құнарлы заттар бар мыңдаған жасушалардан тұрады. Philips компаниясының инновациялық MicroMasticating технологиясы барлық құнарлы ингредиенттерді толықтай сығу мақсатында жасушаларды ашу арқылы жемістер мен көкөністерден шырынды бөліктерін шығаруға арналған.

### Бір минут ішінде тазалау

Жаңа Philips Avance шырынды сығу құралы күнделікті шырынды сығуды ең асығыс күндерде де жасауға мүмкіндік береді. Шырынды сығу камерасынан қалдықтарды шығару барысында соңғы тамшыларды стаканға құюға көмектесетін алдын ала тазалау функциясының нәтижесінде оны пайдалану оңай, әрі тазалау жылдам болады. Сонымен қатар, барлық тазалау қажет бөліктерді су құбырының астында шаюға бір минуттан аз уақыт кетеді және торын тазалаудың қажеті жоқ, себебі ол жоқ!

### Пайдалы, дәмді шырын күн сайын

Жіңішке дизайн (ені 11 см ғана) бойынша жасалған Philips Avance құралы ас бөлменіңіздің жұмыс үстелі үшін ойластырылған. Сонымен қатар, ингредиенттердің өте кең ауқымынан пайда алуға көмектеседі: банан, манго, авакадо немесе сулы миндальді, бидай, жапырақтар және суланған жанғақты салуға болады. Күн сайын өзінсізді немесе жақыныңыз құнарлығы жоғары пайдалы, әрі дәмді әрі түрлі шырынмен қуантыңыз.

\*Ішкі сынақтар жүзім, алма, қара бұлдірген, құлпынай, қызанақ, қарбыз, апельсин және анардың 1000 г мөлшерімен өткізілді.



RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS





ET

## Puu- ja köögiviljade headus teie klaasis

Õiges koguses puu- ja köögiviljade tarbimine on üks tervisliku toitumiskava kõige olulisemaid ja laialdaselt tunnustatumaid elemente. Kahjuks on puu- ja köögiviljade tarbimine piisavas koguses keeruline, kui elutempo on kiire ja omale põneva menüü koostamiseks ei ole küllaldaselt aega. Seetõttu ongi värskete, koduste mahlade valmistamine suurepärase ja kiire viisi lisada oma igapäevamenüüsse õiges koguses puu- ja köögivilju.

### Veelgi lihtsam mahlapressimine

Loomulikult on oluline, et mahlapress aitaks teil koostisaineid maksimaalselt ära kasutada, nii nagu on oluline ka selle kiirus ja hõlbus kasutamine. Philips pakub teile uut Avance'i mahlapressi MicroMasticating-tehnoloogiaga – tegemist on uue põlvkonna mahlapressiga, mis võimaldab teil täita oma klassi kõige selle heaga, mida puu- ja köögiviljad sisaldavad – nii saate iga päev nautida klaasitäit üliõitvat mahla!

Philips on maailma juhtivaid tervishoiu ja isikliku heaolu vallas tegutsevaid ettevõtteid, keskendudes sisukate uuenduste kaudu inimeste elukvaliteedi tõstmisele. Maailma juhtiva mahlapressitootjana pakub Philips teile soovitud tulemusi, arendades välja kõige täiustatumad tooted – nagu näiteks Avance'i mahlapress MicroMasticating-tehnoloogiaga.

### Pressige tervest viljast välja kuni 90% mahla

Uus Philips Avance'i mahlapress on loodud selleks, et aidata teil saada puu- ja köögiviljadest kätte parim. Tänu MicroMasticating-tehnoloogiale saate nüüd pressida viljast kuni 90% mahlana oma klaasi. Puu- ja köögiviljad koosnevad mitmetest tuhandetest rakkudest, mis sisaldavad mahla, vitamiine ja muid eluliselt olulisi toitaineid. Philipsi uuenduslik MicroMasticating-tehnoloogia on loodud selleks, et avada rakud ja pigistada kõigist teie lemmikkoostisainetest välja maksimum – ikka selleks, et saaksite nautida puu- ja köögiviljade täit headust.

### Puhtaks vähem kui minutiga

Teie uus Philips Avance'i mahlapress on loodud selleks, et igapäevane mahlapressimine oleks võimalik isegi siis, kui aega tõesti napib. Selle kasutamine on lihtne ja puhastamine kiire, kuna eelpuhastamise funktsioon juhib viimased mahlatilgad mahlapressist teie klaasi, eemaldades samal ajal jäägid mahlapressi kambri. Seejärel kulub teil vaid minut selleks, et kõik vajalikud osad kraami all puhtaks loputada – ja söela ei olegi vaja puhastada, sest söela ju ei olegi!

### Tervislik ja maitsev mahl iga päev

Tänu kitsale disainile (laius vaid 11 cm) on Philips Avance'i nutikalt loodud mahlapress teie köögi tööpinnaile justkui loodud. Lisaks võimaldab see teil töödelda väga erinevaid koostisaineid: võite panna mahlapressi banaane, mangot, avokaadot või isegi leotatud mandleid, nisuorast, lehti ja leotatud pähkleid. Üllatage iga päev ennast ja oma kalleid erinevate tervislike ja maitsevate mahladega, mis on täis hõrku, kontsentreeritud headust.

\*Philipsi sisetest viidi läbi viinamarjade, õunte, mustsõstarde, maasikate, tomatite, arbuusi, apelsinide ja granaatõunega (kõigi puhul oli kogus 1000 g).

LV

## Augļu un dārzeņu sniegtās barības vielas un vitamīni jūsu glāzē

Pareizs augļu un dārzeņu patēriņš ir plaši zināms kā viens no svarīgākajiem veselīgas ēšanas plāna elementiem. Diemžēl ir grūti apēst nepieciešamo daudzumu, ja jums ir aizņemta darba diena un neatliek laika pagatavot interesantus ēdienus. Tāpēc svaigas mājās spiestas sulas ir lielisks un ātrs veids, kā iekļaut ikdienas ēdienkartē nepieciešamo augļu un dārzeņu kombināciju.

### Uzlabota sulu spiešana

Protams, ir svarīgi, lai sulu spiede palīdzētu jums iegūt maksimālās uzturvērtības no produktiem, kā arī būtu ātri un viegli lietojama. Philips iepazistina ar jauno Avance sulu spiedi ar MicroMasticating tehnoloģiju. Tā ir jaunais paaudzes sulu spiede, kas pilnvērtīgi izspiež visas barības vielas un vitamīnus no augļiem un dārzeņiem jūsu glāzē, lai jūs varētu to uzņemt katru dienu!

Philips ir globālais līderis veselības aprūpē un personiskās labsajūtas sniegšanā, un vēlas uzlabot cilvēku dzīves ar lietderīgām inovācijām. Kā vadošais sulu spiežu zīmols pasaulē, Philips nodrošina jums vēlamās rezultātus, izstrādājot mūsdienīgus produktus – piemēram, Avance sulu spiedi ar MicroMasticating tehnoloģiju.

### Izspiediet līdz 90% no visa augļa

Jaunā Philips Avance sulu spiede ir izstrādāta, lai iegūtu vislabākās barības vielas un vitamīnus no augļiem un dārzeņiem. Pateicoties MicroMasticating tehnoloģijai, tagad varat izspiest līdz 90% no visa augļa\* savā glāzē. Augļi un dārzeņi sastāv no tūkstošiem šūnu, kuras satur sulu, vitamīnus un citas svarīgas barības vielas. Philips novatoriskā MicroMasticating tehnoloģija ir izstrādāta, lai atvērtu šūnas un izspiestu maksimālo barības vielu un vitamīnu daudzumu no jūsu iecienītajiem augļiem un dārzeņiem.

### Tira sulu spiede ātrāk nekā vienā minūtē

Jūsu jaunā Philips Avance sulu spiede ir izstrādāta, lai padarītu sulu spiešanu ikdienā iespējami vienkāršu. To ir viegli izmantot un iespējams ātri notīrīt, jo Pre-Clean funkcija palīdz izspiest pēdējos sulas pilienus jūsu glāzē, vienlaikus notīrot atlikumus no sulas spiešanas nodalījuma. Pēc tam nepieciešams mazāk par minūti, lai izskalotu visas nepieciešamās detaļas tekošā ūdenī. Jums nav jātrauciet, jo tāda nav!

### Veselīgā, garda sula katru dienu

Ar plāno korpusu (tikai 11 cm plats) Philips Avance ir rūpīgi pielāgota jūsu virtuves letei. Tā izstrādāta, lai jūs varētu izspiest sulu no plaša produktu klāsta: varat apstrādāt banānus, mango, avokado vai pat izmērcētās mandeles, vārpatas, lapas un izmērcētus riekstus. Pārsteidziet sevi un savus tuvākos ar dažādām veselīgām un gardām sulām, kas pilnas koncentrētām barības vielām un vitamīniem – katru dienu.

\*Iekšējās pārbaudes, kas veiktas ar 1000 g vīnogu, abolu, upeņu, zemeņu, tomātu, arbužu, apelsīnu un granaatābolu.



LT

## Išspauskite iš vaisių ir daržovių visas naudingąsias medžiagas

Norint sveikai maitintis, būtina suvartoti atitinkamą vaisių ir daržovių kiekį. Deja, daugelio mūsų gyvenimo ritmas yra intensyvus ir mums neužtenka laiko ruošti įvairų valgiaraštį, kad suvartotume reikiamą jų kiekį. Šviežių sulčių spaudimas namuose – puikus ir greitas būdas įtraukti vaisius ir daržoves į savo kasdienį racioną.

### Geresnis sulčių spaudimas

Labai svarbu, kad sulčiaspaudė iš spaudžiamų produktų išspausdų viską, darytų tai greitai, o ją pačia būtų paprasta naudoti. „Philips“ pristato naująją „Avance“ sulčiaspaudę, kurioje naudojama „MicroMasticating“ technologija. Tai naujos kartos sulčiaspaudė, kurią naudodami lengvai perkelsite visas vertingiausias vaisių ir daržovių savybes į stiklinę ir galesite mėgautis skaniomis ir sveikomis sultimis kiekvieną dieną!

„Philips“ – pasaulinė lydere sveikatos priežiūros ir asmeninės gerovės srityje. Ji žmonių gyvenimo kokybę gerina sutelkdama dėmesį į prasmingas naujoves. Būdamą pirmąją sulčiaspaudžių gamintoja pasaulyje, „Philips“ suteikia galimybę mėgautis rezultatais tobulindama savo pažangiausias gaminius. Vienas jų – „Avance“ sulčiaspaudė, kurioje naudojama „MicroMasticating“ technologija.

### Iki 90% išspausiti vaisiai

Su naująja „Philips Avance“ sulčiaspaudė išgausite visas gerasias vaisių ir daržovių savybes. Pritaikius „MicroMasticating“ technologiją, nesmulkintus vaisius\* galite išspausiti iki 90%. Vaisius ir daržoves sudaro daugybė tūkstančių sulčių ląstelių, kuriose gausu vitaminų ir kitų maistingų medžiagų. Pažangi „Philips“ sukurta „MicroMasticating“ technologija atveria lasteles, kad iš mėgstamų produktų išspausumėte kiekvieną ląselę ir galėtumėte mėgautis vertingosiomis vaisių ir daržovių savybėmis.

### Išvalykite greičiau nei per minutę

Su naująja „Philips Avance“ sulčiaspaudė galėsite kasdien išsispausti sulčių, net jei negalite tam skirti daug laiko. Ją paprasta naudoti ir lengva valyti. Dėl naudojamos pirminio valymo funkcijos paskutiniai sulčių lašai patenka į jūsų stiklinę, o likučiai iš sulčių spaudimo indo yra pašalinami. Jums belieka svariškai išskalauti reikiamas detales po tekančiu vandeniu. Tai truks trumpiau nei minutę ir jums nereikės šveisti sietelio, nes ten tokio paprasčiausiai nėra!

### Sveikos ir skanios sultys kiekvieną dieną

Dėl kompaktiškos konstrukcijos (plotis tik 11 cm), „Philips Avance“ sulčiaspaudė puikiai tiks kiekvienoje virtuvėje. Ji sukurta apdoroti įvairiausių produktus. Galite įmesti bananą, mango vaisių, avokadą ar net išmirkytus migdolus, kviečių želmenis, lapus ir kitus išmirkytus riešutus. Kiekvieną dieną paruoškite sau ir tiems, kuriuos mylite, vis kitokių sveikų ir skanių sulčių, kuriose gausu vertingų medžiagų.

\*Vidaus testai atlikti apdorojant po 1 000 g vynuogių, obuolių, gervuogių, braškių, pomidorų, arbužų, apelsinų ir granatų.

SR

## Oslobodite sve dobro iz voća i povrća u čašu

Manger des fruits et légumes est unanimement reconnu comme l'un des aspects les plus importants d'une alimentation saine. Malheureusement, il est difficile d'en manger en quantité suffisante si vous avez un emploi du temps chargé qui vous laisse peu de temps pour préparer des menus intéressants. Préparer des jus à la maison est alors un moyen idéal (et rapide) pour consommer des fruits et légumes au quotidien.

### Bolje pravljenje soka

Naravno, važno je da vam sokovnik pomogne da izvučete maksimum iz sastojaka, kao i da bude brz i jednostavan za upotrebu. Philips sada predstavlja novi Avance sokovnik sa tehnologijom MicroMasticating. Sokovnik nove generacije koji će vam omogućiti da sve dobro iz voća i povrća oslobodite u čašu kako biste svaki dan uživali u izuzetno hranljivoj čaši soka.

Kompanija Philips je globalni lider na polju brige o zdravlju i ličnoj dobrobiti i usredsređena je na poboljšavanje života ljudi kroz sadržajne inovacije. Kao vodeća globalna robna marka za sokovnike, Philips vam pruža željene rezultate razvijanjem najnaprednijih proizvoda, kao što su Avance sokovnik i tehnologija MicroMasticating.

### Iscedite do 90% voćnog sadržaja

Novi Avance sokovnik kompanije Philips dizajniran je tako da vam pomogne da izvučete najbolje iz voća i povrća. Zahvaljujući tehnologiji MicroMasticating, sada možete da iscедite do 90% voćnog sadržaja\* u čašu. Voće i povrće se sastoji od mnogo hiljada ćelija koje sadrže sok, vitamine i druge važne hranljive materije. Inovativna tehnologija MicroMasticating kompanije Philips dizajnirana je tako da omogućava otvaranje ćelija radi izvlačenja maksimuma iz svih omiljenih sastojaka i uživanja u svemu dobrom iz voća i povrća.

### Čišćenje za manje od jednog minuta

Novi Avance sokovnik kompanije Philips dizajniran je tako da učini pravljenje soka mogućim čak i tokom najžurbanijih dana. Lako se koristi i brzo čisti zato što funkcija pripreme za čišćenje pomaže u tome da sve do poslednje kapi soka završi u čaši uz uklanjanje ostataka iz komore za ceđenje. Nakon toga, potrebno je manje od jednog minuta da isperete sve delove i očistite ih pod mlazom vode – ne morate da čistite sito zato što ga nema.

### Zdrav i ukusan sok svaki dan

Zahvaljujući tankom dizajnu (širina od samo 11 cm), Philips Avance je praktično dizajniran za radnu površinu u kuhinji. Takođe je napravljen tako da omogućava rad sa veoma širokim asortimanom sastojaka: možete da ubacite bananu, mango, avokado, pa čak i natopljene bademe, pšeničnu travu i natopljene koštunjave plodove. Svaki dan iznenadite sebe ili voljene osobe različitim zdravim i ukusnim sokom punim sjajnih, koncentrisanih dobrih stvari.

\*Interni testovi obavljani pomoću 1000 g svakog od sledećih sastojaka: grozde, jabuke, kupine, jagode, paradajz, lubenica, pomorandže i nar.



ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**HR**

## Pretočite sve dobro iz voća i povrća u čašu

Općenito je poznato da unos odgovarajuće količine voća i povrća predstavlja jedan od najvažnijih elemenata zdravog plana prehrane. Nažalost, to nam otežava brzi ritam života i nedovoljno vremena za pripremu zanimljivih jelovnika. Zato je cijedenje svježih domaćih sokova odličan i brz način da u pravu kombinaciju voća i povrća učinite sastavnim dijelom svoje svakodnevne rutine.

### Učinkovitije cijedenje soka

Važno je da sokovnik iskoristi što je više moguće dobrih sastojaka, ali i da bude brz i jednostavan za upotrebu. Philips predstavlja novi sokovnik Avance s tehnologijom MicroMasticating, sokovnik nove generacije koji vam omogućuje da pretočite sve dobro iz voća i povrća u čašu kako biste svaki dan mogli uživati u vrlo hranjivoj čaši soka!

Philips je globalni predvodnik na polju zdravstvene njege i osobnog zdravlja te se usredotočuje na poboljšanje ljudskih života smislenim inovacijama. Kao vodeća svjetska robna marka sokovnika, Philips vam donosi rezultate koje priželjkujete tako što razvija najnaprednije proizvode, među njima i sokovnik Avance s tehnologijom MicroMasticating.

### Iscijedite do 90 %\* čitavog voća

Novi sokovnik Avance tvrtke Philips dizajniran je tako da vam pomogne da najbolje iskoristite voće i povrće. Zahvaljujući tehnologiji MicroMasticating sada u čašu možete iscijediti i do 90 % čitavog voća\*. Voće i povrće sastoji se od tisuća stanica koje sadrže sok, vitamine i druge važne hranjive tvari. Inovativna tehnologija MicroMasticating tvrtke Philips dizajnirana je tako da otvara stanice kako bi se iscijedila najveća moguća količina vaših omiljenih sastojaka i tako se oslobodilo sve dobro iz voća i povrća kako biste vi mogli u tome uživati.

### Čist za manje od jedne minute

Vaš novi sokovnik Avance tvrtke Philips dizajniran je tako da omogući cijedenje soka čak i kada imate najviše posla. Jednostavan je za upotrebu i brzo se čisti jer funkcija prethodnog čišćenja istodobno cijedi sok u čašu do posljednje kapi i uklanja ostatke iz komore za cijedenje. Nakon toga vam nije potrebna ni jedna minuta da isperete pod slavinom sve potrebne dijelove, a sito ne morate čistiti jer ga ni nema!

### Zdrav i ukusan sok svaki dan

Svojim tankim dizajnom (širina od samo 11 cm) Philips Avance precizno je dizajniran za kuhinjski radni prostor. Također je napravljen kako biste mogli iskoristiti što raznolikije sastojke: možete ubaciti bananu, mango, avokado ili čak natopljene bademe, pšeničnu travu, lišće i natopljene orašaste plodove. Svaki dan iznenadite sami sebe ili svoje voljene novim zdravim i ukusnim koncentriranim sokom.

\*Interni testovi na 1000 g grožđa, jabuka, kupina, jagoda, rajčica, lubenice, naranča i šipka (zasebni za svako voće).

**SL**

## V kozarec iztisnete vso dobroto iz sadja in zelenjave

Prava količina sadja in zelenjave je eden najpomembnejših delov zdrave prehrane. Vendar pa je v sodobnih časih, ko nam primanjkuje časa in ne utegnemo pripravljati raznovrstne prehrane, zelo težko zagotoviti, da ju zaužijemo dovolj. Zato domača priprava svežega soka predstavlja enostaven in hiter način, da v dnevno prehrano vključimo dovolj sadja in zelenjave.

### Boljša priprava soka

Pomembno je, da s sokovnikom lahko iz sestavin iztisnete čim več, sam sokovnik pa mora biti hiter in enostavne uporabe. Philips predstavlja sokovnik nove generacije Avance s tehnologijo MicroMasticating, s katerim lahko v kozarec iztisnete vso dobroto iz sadja in zelenjave ter vsak dan uživate v kozarcu izjemno hranjivega soka.

Philips je vodilni proizvajalec izdelkov za zdravje in dobro počutje, ki z učinkovitimi inovacijami poskuša pozitivno vplivati na življenja ljudi. Philips je tudi vodilni proizvajalec sokovnikov in vam z razvojem najnaprednejših izdelkov, kot je sokovnik Avance s tehnologijo MicroMasticating, zagotavlja zelene rezultate.

### Iztisnite sok iz do 90 % celega sadja

Z novim sokovnikom Philips Avance lahko pripravljate najboljše sadne in zelenjavne napitke. Tehnologija MicroMasticating vam omogoča, da v kozarec iztisnete do 90 % celega sadja\*. Sadje in zelenjavo sestavlja več tisoč celic, ki vsebujejo sok, vitamine in druga pomembna hranila. Philipsova inovativna tehnologija MicroMasticating odpira te celice in iz njih iztisne največ vaših najljubših sestavin, zato lahko uživate v najboljših sadnih in zelenjavnih napitkih.

### Čisto v manj kot minuti

Z novim sokovnikom Philips Avance lahko okusen sok pripravite tudi, kadar imate najmanj časa. Odlikujeta ga enostavna uporaba in hitro čiščenje, ker s funkcijo za predčiščenje v kozarec izteče vsaka kaplja soka, hkrati pa odstrani ostanke iz komore za iztiskanje soka. Dele sokovnika po tem pod tekočo vodo sperete v manj kot minuti – cedila pa vam ni treba čistiti, ker ga sokovnik sploh nima.

### Vsak dan si privoščite zdrav in okusen sok

Tanka zasnova (širine samo 11 cm) sokovnika Philips Avance je primerna za kuhinjski pult. Omogoča vam tudi pripravo soka iz številnih različnih sestavin: vstavite lahko banana, mango, avokado ali celo namočene mandlje, pšenično travo, liste in namočene oreščke. Sebe ali svoje najbližje lahko vsak presenetite z drugim zdravim in okusnim sokom, polnim slastne in koncentrirane dobrote.

\*Notranji preizkusi, opravljeni s po 1000 g grožđa, jabolok, robid, jagod, paradižnika, lubenice, pomaranč in granatnih jabolok.

HU

## Gyűjtse poharába a gyümölcsök és zöldségek minden zamatát

A megfelelő mennyiségű gyümölcs- és zöldségfogyasztást köztudottan az egészséges napi étkezés egyik legfontosabb elemének tartják. Sajnos azonban nem könnyű elegendő mennyiséget fogyasztani ezekből, ha az ember elfoglalt, és nincs ideje változatos menük elkészítésére. Éppen ezért a frissen facsart, házi készítésű ivólevelek egyszerű – és gyors – módot nyújtanak arra, hogy a gyümölcsök és zöldségek megfelelő kombinációját a napirend részévé tegyüik.

### Még tökéletesebb préselés

Egy gyümölcsprés esetében persze fontos elvárás, hogy a legtöbbet lehessen kinyerni a hozzávalókból, mint ahogy az is, hogy gyors és könnyen használható legyen. A Philips ezúton mutatja be az új generációs, MicroMasticating technológiájú Avance gyümölcsprését, amely lehetővé teszi Önnek, hogy poharába gyűjtse a gyümölcsök és zöldségek zamatát, s így minden nap élvezhesse egy pohár rendkívül tápláló gyümölcs- vagy zöldséglelét izét!

A Philips világszerte piacvezető szerepet tölt be az egészségügy és a személyes jólét területén, és jelentős innovációi révén az emberek életminőségének javítását helyezi középpontba. Világszerte vezet gyümölcsprés-márkaként a Philips a legfejlettebb termékek – például a MicroMasticating technológiájú Avance gyümölcsprés – létrehozásával az Ön által elvárt eredményeket nyújtja.

### Nyerje ki az egész gyümölcs akár 90%-át\*

Az új Philips Avance gyümölcsprését arra tervezték, hogy Ön a gyümölcsök és zöldségek legjavát kapja. MicroMasticating technológiájának köszönhetően most az egész gyümölcsnek akár 90%-át\* a poharába préselheti. A gyümölcsök és a zöldségek több ezer sejtből állnak, amelyek gyümölcslevet, vitaminokat és egyéb létfontosságú tápanyagokat tartalmaznak. A Philips innovatív MicroMasticating technológiájának lényege, hogy felnyissa a sejteket, így a maximumot préseli ki az Ön kedvenc hozzávalóiból, hozzáférhetővé téve a gyümölcsök és zöldségek minden zamatát, melyet Ön kedvére élvezhet.

### Tisztítás kevesebb mint egy perc alatt

Az Ön új Philips Avance gyümölcsprését úgy tervezték, hogy még a legfárasztóbb napokon is lehetséges legyen a mindennapi gyümölcspréselés. Könnyen használható és gyorsan tisztítható, mert az előtisztítási funkció segít, hogy a gyümölcslé utolsó cseppjei is a pohárba kerüljenek a présartályban lévő maradékok eltávolítása során. Ezt követően kevesebb mint egy perc alatt tisztára lehet mosni az összes szükséges alkatrészt – Önnek pedig nem kell kitisztítania a szűrőt, mivel nincs is!

### Egészséges, finom gyümölcslé minden nap

Kárcsu kialakításával (csupán 11 cm-es szélesség) a Philips Avance készüléket gondosan az Ön konyhai munkalapjához tervezték. Emellett úgy alkották meg, hogy Ön a hozzávalók különösen széles választékát élvezhesse: beledobhat banánt, mangót, avokádót, vagy akár beáztatott mandulát, búzafüvet, leveleket és beáztatott diót is. Lepje meg saját magát vagy szeretteit különböző, egészséges és finom, ízletes, koncentrált zamatú gyümölcslevelekkel minden nap.

\*Belső tesztek alapján, melyek során 1000-1000 gramm szőlő, alma, szeder, eper, paradicsom, görögdió, narancs és granátalma levét préseltük ki.

BG

## Дайте свобода на всички полезни съставки от плодовете и зеленчуците в чашата си

Консумирането на нужното количество плодове и зеленчуци е общоприето като един от най-важните елементи на здравословния хранителен режим. За съжаление, ако графикът ви е натоварен и нямате много време за приготвяне на интересни менюта, е трудно да консумирате достатъчно от тях. Ето защо изщеждането на свежи домашни сокове е чудесен – и бърз – начин да включите подходяща комбинация от плодове и зеленчуци в ежедневните си навици.

### Подобряване на изстискването на сокове

Разбира се, важно е една сокоизстисквачка да ви помага да получавате максимума от съставките, както и да се използва бързо и лесно. Сера Philips представя новата сокоизстисквачка Avance с технология MicroMasticating, сокоизстисквачка от ново поколение, която ще ви позволи да дадете свобода на всички полезни съставки в плодовете и зеленчуците в чашата си, за да можете да се насладявате на полезна чаша сок всеки ден!

Philips е световен лидер в грижата за здравето и личното благополучие и се концентрира върху подобряването на живота на хората чрез значими иновации. Като водеща марка сокоизстисквачки в цял свят, Philips ви дава желаните резултати, като разработва най-усъвършенствените продукти – като сокоизстисквачката Avance с технология MicroMasticating.

### Изстискайте до 90%\* от целия плод

Новата сокоизстисквачка Philips Avance е проектирана да ви помага да получавате най-доброто от плодовете и зеленчуците. Благодарение на технологията MicroMasticating вече можете да изстискате до 90% от целия плод\* в чашата си. Плодовете и зеленчуците се състоят от хиляди клетки, които съдържат сок, витамини и други жизненоважни полезни вещества. Иновативната технология MicroMasticating от Philips е проектирана да отваря клетките, за да изстиска максимума от всичките ви любими съставки, като по този начин освобождава полезните вещества от плодовете и зеленчуците, за да им се насладявате.

### Почистване за по-малко от минута

Новата ви сокоизстисквачка Philips Avance е проектирана да прави възможно ежедневното изстискване на сок дори в най-забързаните дни. Тя се използва лесно и се почиства бързо, тъй като функцията за предварително почистване помага за наливането на последните капки сок в чашата ви, докато премахва остатъците от камерата за изстискване. След това ви трябва по-малко от минута, за да изплакнете всички необходими части с течаща вода – и не се налага да почиствате цедката, защото такава няма!

### Здравословен, вкусен сок всеки ден

С фината си конструкция (ширина само 11 см) Philips Avance е съобразително проектирана за плота в кухнята ви. Тя също така е създадена да ви осигури предимството на много широка гама от съставки: можете да сложите банан, манго, авокадо или дори нахиснати бадеми, кълнове, листа и нахиснати ядки. Изненадайте себе си или любимите си хора с различен здравословен и вкусен сок, пълен с прекрасни, концентрирани полезни съставки всеки ден.

\*Вътрешни тестове, извършени с 1000 г всяко от грозде, ябълки, кълбини, ягоди, домати, диня, портокали и нар.



HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS





RO

## Dezlănțuie toată bunătatea fructelor și legumelor în paharul tău

Consumul unei cantități corespunzătoare de fructe și legume este recunoscut în general ca unul dintre cele mai importante elemente ale unui regim de alimentație sănătoasă. Din păcate, este greu să consumi suficiente dacă ai mereu un program încărcat și nu ai prea mult timp să pregătești meniuri interesante. De aceea, stoarcerea sucurilor proaspete, făcute în casă, este un mod excelent și rapid de a include combinația corespunzătoare de fructe și legume în rutina ta zilnică.

### Îmbunătățirea stoarcerii

Desigur, este important ca un storcător să te ajute să obții maximul posibil din ingrediente și, în același timp, să poată fi folosit ușor și rapid. Philips prezintă acum noul storcător Avance cu tehnologia MicroMasticating, un storcător din noua generație care îți va permite să dezlănțuie toată bunătatea fructelor și legumelor în paharul tău, astfel încât să te poți bucura de un pahar de suc foarte hrănitor în fiecare zi!

Philips este lider mondial pe piața produselor asistentă medicală și de întreținere de uz personal și se concentrează pe îmbunătățirea calității vieții oamenilor prin inovații utile. În calitate de marcă principală de storcătoare la nivel mondial, Philips îți oferă rezultatele pe care le dorești, dezvoltând cele mai avansate produse, precum ar fi storcătorul Avance cu tehnologia MicroMasticating.

### Extrage până la 90%\* din integral fruct

Noul storcător Philips Avance este conceput pentru a te ajuta să obții ceea ce este mai bun din fructe și legume. Grație tehnologiei sale MicroMasticating, poți stoarce acum până la 90% din integral fruct\* în paharul tău. Fructele și legumele sunt compuse din multe mii de celule care conțin suc, vitamine și alte substanțe nutritive vitale. Tehnologia inovatoare MicroMasticating de la Philips este concepută pentru a deschide celulele și a stoarce maximul din toate ingredientele tale preferate, dezlănțuind astfel bunătatea fructelor și legumelor pentru ca tu să te bucuri de ea.

### Curățarea în mai puțin de un minut

Noul tău storcător Philips Avance a fost conceput pentru a face posibilă stoarcerea zilnică a sucului, chiar și în zilele cele mai aglomerate. Este ușor de utilizat și rapid de curățat deoarece funcția de pre-curățare ajută la obținerea ultimilor stropi de suc în paharul tău, îndepărtând, în același timp, resturile din recipientul de stoarcere. Apoi, durează mai puțin de un minut să clătești toate piesele necesare sub jet de apă și nu este nevoie să cureți sita, deoarece nu există sită!

### Suc sănătos și gustos, în fiecare zi

Cu designul său zvelt (numai 11 cm în lățime), Philips Avance a fost conceput în mod inteligent pentru blatul de lucru din bucătăria ta. A fost, de asemenea, creat pentru a-ți oferi avantajul unei game foarte largi de ingrediente: poți pune în el o banană, un mango, avocado sau chiar migdale înmuiate, iarbă de grâu, frunze și nucii sau alune înmuiate. Surprinde-te sau surprinde-i pe cei dragi cu un suc diferit, sănătos și gustos, plin de bunătate delicioasă, concentrată, în fiecare zi.

\*Teste interne realizate pe câte 1000 g de struguri, mere, mure, căpsune, roșii, pepene verde, portocale și roșii.

SK

## Prenește všetko dobré z ovocia a zeleniny do svojho pohára

Konzumácia dostatočného množstva ovocia a zeleniny je všeobecne uznávaná ako jedna z najdôležitejších zložiek zdravého stravovania. To však môže byť problém pri hektickom štýle života, kedy nemáte dostatok času na prípravu tvorivých jedál. Príprava čerstvých domácich džúsov je preto skvelým a rýchlym spôsobom, ako získať tú správnu kombináciu ovocia a zeleniny na každý deň.

### Účinnejšie odšťavovanie

Pri odšťavovávaní je dôležité, aby vám pomohli zužitkovať čo najväčší podiel prísad a aby bolo ich použitie rýchle a jednoduché. Spoločnosť Philips predstavuje odšťavovač novej generácie Avance s technológiou MicroMasticating, ktorý vám umožní preniesť všetko dobré z ovocia a zeleniny do vášho pohára, aby ste si mohli každý deň vychutnať pohár džúsu plný živín.

Spoločnosť Philips je svetovým lídrom v oblasti zdravia a osobnej pohody a zameriava sa na zlepšovanie života ľudí prostredníctvom zmysluplných inovácií. Odšťavovače značky Philips sú tými najpopulárnejšími na svetovom trhu, keďže vďaka neustálemu zdokonaľovaniu prinášajú výsledky podľa vašich predstáv – čoho dôkazom je aj odšťavovač Avance s technológiou MicroMasticating.

### Využitie až 90%\* z každého kusa ovocia

Nový odšťavovač Avance značky Philips je vyrobený tak, aby vám umožnil získať z ovocia a zeleniny to najlepšie. Vďaka technológii MicroMasticating môžete z každého kusa ovocia vyžmýkať do pohára až 90 % obsahu\*. Ovocie a zelenina sa skladajú z tisícok buniek plných šťavy, vitamínov a iných dôležitých živín. Inovatívna technológia MicroMasticating od spoločnosti Philips je navrhnutá tak, aby každú takúto bunku otvorila a vyžmýkala z vašich obľúbených prísad maximum, aby ste si mohli vychutnať to najlepšie z ovocia a zeleniny.

### Čistenie v priebehu necelých minút

Váš nový odšťavovač Philips Avance je vyrobený tak, aby ste si mohli pripraviť pohár džúsu aj v tie najuponáhľanejšie dni, a to vďaka jednoduchému použitiu a rýchlemu čisteniu. Funkcia predbežného čistenia umožňuje dostať do vášho pohára aj tie posledné kvapky džúsu a zároveň odstrániť zvyšky z odšťavovacej komory. Potom už stačí necelá minúta na opláchnutie všetkých potrebných častí pod tečúcou vodou, pričom sa nemusíte zdržiavať čistením sitka, keďže tu žiadne nie je.

### Zdravý a lahodný džús každý deň

Odšťavovač Philips Avance má štíhly dizajn (šíroký len 11 cm) navrhnutý na ušetrenie miesta na vašej kuchynskej linke. Okrem toho umožňuje spracovanie širokej škály prísad: môžete doň vhodiť banán, mango, avokádo, či dokonca namočené mandle, bylinky, listy a namočené orechy. Prekvapte každý deň vašich blízkých novými lahodnými chuťami zdravých džúsov bohatých na živiny.

\*Interné testy vykonané na 1000 g objemoch týchto prísad: hrozno, jablko, černica, jahoda, paradajka, červený melón, pomaranč a granátové jablko.

## Dostaňte všechnu chuť a živiny z ovoce a zeleniny do sklenice

Konzumace správného množství ovoce a zeleniny je obecně uznávána jako jedna z nejdůležitějších částí zdravého stravování. Když vedete rušný život a nemáte dostatek času na přípravu zajímavých jídel, je těžké jíst dostatečné množství ovoce a zeleniny. Proto je příprava čerstvých domácích džusů skvělým a rychlým způsobem, jak zahrnout správnou kombinaci ovoce a zeleniny do každodenního jídelníčku.

### Lepší odšťavňování

U odšťavňovačů je samozřejmě důležité, abyste dostali maximum z přísad a aby bylo jeho použití rychlé a snadné. Společnost Philips nyní představuje nový odšťavňovač Avance s technologií MicroMasticating. Jedná se o odšťavňovač nové generace, který vám umožní dostat všechnu chuť ovoce a zeleniny do sklenice. Konečně si můžete vychutnat výživnou sklenici šťávy každý den!

Společnost Philips je světovou jedničkou v oblasti zdravotní a osobní péče. Zaměřuje se na zlepšování životů lidí prostřednictvím užitečných inovací. Jako přední světový výrobce odšťavňovačů poskytuje společnost Philips požadované výsledky vývojem špičkových výrobků – například odšťavňovače Avance vybaveného technologií MicroMasticating.

### Extrahuje až 90 %\* celého ovoce

Nový odšťavňovač Philips Avance je navržen tak, aby vám pomohl získat to nejlepší z ovoce a zeleniny. Díky technologii MicroMasticating nyní můžete do sklenice vymačkat až 90 % celého ovoce\*. Ovoce a zelenina se skládá z tisíců buněk, které obsahují šťávu, vitamíny a další nezbytné živiny. Inovativní technologie MicroMasticating společnosti Philips je navržena tak, aby otevřela buňky, vymačkala maximum ze všech vašich oblíbených přísad a uvolnila tak z ovoce a zeleniny všechnu chuť a živiny.

### Čistě za méně než jednu minutu

Váš nový odšťavňovač Philips Avance byl navržen tak, abyste zvládali každodenní odšťavňování i v těch nejušnějších dnech. Snadno se používá a lze ho rychle vyčistit, protože funkce předčištění pomůže dostat do sklenice poslední kapky šťávy a zároveň odstraní zbytky z odšťavňovací komory. Poté trvá méně než minutu opláchnout všechny nezbytné díly pod tekoucí vodou – a nemusíte ani čistit sítko, protože tu žádné není!

### Zdravá a chutná šťáva každý den

Díky tenkému provedení (široký pouhých 11 cm) se zařízení Philips Avance skvěle hodí na kuchyňskou linku. Je určeno pro práci s velmi širokým spektrem přísad: můžete použít banán, mango, avokádo nebo dokonce namočené mandle, mladou pšenici, listy a namočené ořechy. Překvapte sami sebe nebo drahé polovičky jinou zdravou a chutnou šťávou plnou lahodné koncentrované chuti každý den.

\*Interní testy prováděné postupně s 1 000 g hroznového vína, jablek, ostružin, jahod, rajchat, vodního melounu, pomerančů a granátových jablek.





RU Grasshopper UK Коник-стрибунець PL Pasikonik KK шегіртке ET Rohutirts  
LV Grasshopper LT Žiogas SR Grasshopper HR Grasshopper SL Kobilica HU Szöcske  
BG Скакалец RO Grasshopper SK Lúčna kobylka CS Luční koník

# Grasshopper

½



pineapple

1



kiwi

½ glass



mineral water

## Health benefit

Grasshopper is high in Vitamin C .  
Vitamin C contributes to normal functioning  
of the nervous system.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

**Ингредиенты**

½ ананаса  
1 киви  
½ стакана минеральной воды

**Лечебные свойства**

Напиток Grasshopper богат витамином С. Витамин С необходим для правильной работы нервной системы.

UK

**Інгредієнти**

½ ананаса  
1 киви  
½ склянки мінеральної води

**Користь для здоров'я**

Напій "Коник-стрибунець" багатий на вітамін С. Вітамін С сприяє нормальному функціонуванню нервової системи.

PL

**Składniki**

½ ananasa  
1 kiwi  
½ szklanki wody mineralnej

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Pasikonik jest bogaty w witaminę C, która przyczynia się do prawidłowego działania systemu nerwowego.

KK

**Қосылатын заттар**

½ ананас  
1 киви  
½ стакан минералдық су

**Денсаулыққа пайдасы**

Шегірткеде С дәрумені көп. С дәрумені жүйке жүйесінің қалыпты жұмыс істеуіне үлес қосады.

HR

**Sastojci**

½ ananasa  
1 kiwi  
½ čaše mineralne vode

**Prednosti za zdravlje**

Grasshopper je bogat vitaminom C. Vitamin C regulira rad nervnog sustava.

SL

**Sestavine**

½ ananasa  
1 kiwi  
½ kozarca mineralne vode

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Kobilica vsebuje veliko vitamina C. Vitamin C prispeva k normalnemu delovanju živčnega sistema.

HU

**Hozzávalók**

½ ananász  
1 kiwi  
½ pohár ásványvíz

**Egészségügyi előny**

Gazdag C-vitaminban, mely hozzájárul az idegrendszer megfelelő működéséhez.

BG

**Продукти**

½ ананас  
1 киви  
½ чаша минерална вода

**Предимства за здравето**

"Скакалец" има високо съдържание на витамин С, който допринася за нормалното функциониране на нервната система.

RU Grasshopper UK Коник-стрибунець PL Pasikonik KK шеріртке ET Rohutirts  
LV Grasshopper LT Žiogas SR Grasshopper HR Grasshopper SL Kobilica HU Szöcske  
BG Скакалец RO Grasshopper SK Lúčna kobylka CS Luční koník



**ET****Koostisained**

½ ananassi  
1 kiivi  
½ klaasi mineraalvett

**Kasu tervisele**

"Grasshopper" sisaldab rikkalikult C-vitamiini. C-vitamiin toetab närvisüsteemi normaalset talitlust.

**LV****Sastāvdaļas**

½ ananasa  
1 kiivi  
½ glāze minerālūdens

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilī Grasshopper ir augsts C vitamīna saturs. C vitamīns veicina normālu nervu sistēmas darbību.

**LT****Sudėtis**

½ ananaso  
1 kiivis  
½ stiklinės mineralinio vandens

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Žiogas“ yra daug vitamino C. Vitamins C prisideda prie normalaus nervų sistemos funkcionavimo.

**SR****Sastojci**

½ ananasa  
1 kiivi  
½ čaše mineralne vode

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Grasshopper ima visok sadržaj vitamina C. Vitamin C doprinosi normalnom funkcionisanju nervnog sistema.

**RO****Ingrediente**

½ ananas  
1 kiwi  
½ pahar de apă minerală

**Beneficii pentru sănătate**

Grasshopper este bogat în vitamina C. Vitamina C contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos.

**SK****Zloženie**

½ ananásu  
1 kiivi  
½ pohára minerálnej vody

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Lúčna kobyľka sa vyznačuje vysokým obsahom vitamínu C. Vitamín C prispieva k normálnej činnosti nervového systému.

**CS****Ingredience**

½ ananasu  
1 kiwi  
½ sklenice minerální vody

**Přínos pro vaše zdraví**

Luční koník má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C přispívá ke správnému fungování nervového systému.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU Green eyecatcher UK Зелена приваба PL Green eyecatcher KK Green eyecatcher ET Roheline  
pilgipüüdja LV Green eyecatcher LT Akį traukianti žaluma SR Green eyecatcher  
HR Green eyecatcher SL Zelena lepotica HU Zöld látomás BG Green eyecatcher  
RO Green eyecatcher SK Zelená vábnička CS Zelený krasavec

# Green eyecatcher

1/2



cucumber

2 cups



spinach

1 spoon



honey

100 ml



mineral water

## Health benefit

Green eyecatcher is high in Vitamin C, Vitamin A and Vitamin K and a source of Potassium and Magnesium. Vitamin C increases iron absorption, Vitamin A contributes to maintaining the normal vision, Vitamin K plays a role in the maintenance of normal bones. Potassium and Magnesium contribute to normal muscle function.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

**Ингредиенты**

½ огурца  
100 г шпината  
1 столовая ложка меда  
100 мл минеральной воды

**Лечебные свойства**

Напиток Green eyecatcher богат витаминами С, А и К и является источником калия и магния. Витамин С улучшает усвоение железа, витамин А поддерживает хорошее зрение, витамин К необходим для укрепления костной ткани, а калий и магний — для правильной работы мышц.

UK

**Інгредієнти**

½ огірка  
2 чашки шпинату  
1 стол. ложка меду  
100 мл мінеральної води

**Користь для здоров'я**

Напій "Зелена приваба" багатий на вітаміни С, А та К і є джерелом калію та магнію. Вітамін С покращує засвоєння заліза, вітамін А сприяє нормальному зору, а вітамін К підтримує нормальний стан кісток. Калій та магній сприяють нормальному функціонуванню м'язів.

PL

**Składniki**

½ ogórka  
2 szklanki szpinaku  
1 łyżka miodu  
100 ml wody mineralnej

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Green eyecatcher jest bogaty w witaminy C, A i K. Jest również źródłem potasu i magnezu. Witamina C ułatwia przyswajanie żelaza, witamina A wpływa pozytywnie na wzrok, a witamina K odgrywa ważną rolę w utrzymywaniu dobrego stanu kości. Potas i magnez biorą udział w prawidłowym funkcjonowaniu mięśni.

KK

**Қосылатын заттар**

½ қияр  
2 шпинат шыныаяғы  
1 ас қасық бал  
100 мл минералдық су

**Денсаулыққа пайдасы**

Green eyecatcher құрамында С дәрумені, А дәрумені және К дәрумені көп және калий мен магнийдің көзі болып табылады. С дәрумені темірді сіңіруді арттырады, А дәрумені қалыпты көруді сақтауға үлес қосады, К дәрумені қалыпты сүйектерді сақтауда рөл ойнайды. Калий мен магний бұлшықеттердің қалыпты жұмыс істеуіне үлес қосады.

HR

**Sastojci**

½ krastavca  
100 g špinata  
1 jušna žlica meda  
100 ml mineralne vode

**Prednosti za zdravlje**

Green eyecatcher bogat je vitaminom C, vitaminom A i vitaminom K i izvor je kalija i magnezija. Vitamin C pospješuje apsorpciju željeza, vitamin A doprinosi održavanju dobrog vida, vitamin K štiti zdravlje kostiju. Kalij i magnezij pospješuju rad mišića.

SL

**Sestavine**

½ kumare  
100 g špinacije  
1 žlička medu  
100 ml mineralne vode

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Zelena lepotica vsebuje veliko vitaminov C, A in K ter je vir kalija in magnezija. Vitamin C izboljša vpijanje železa, vitamin A prispeva k ohranjanju zdravega vida, vitamin K pa je pomemben pri ohranjanju zdravih kosti. Kalij in magnezij prispevata k normalnemu delovanju mišič.

HU

**Hozzávalók**

½ uborka  
10 dkg spenót  
1 evőkanál méz  
100 ml ásványvíz

**Égészségügyi előny**

C-, A- és K-vitaminban, valamint káliumban és magnéziumban gazdag. A C-vitamin fokozza a vas felszívódását, az A-vitamin hozzájárul a megfelelő látáshoz, a K-vitamin pedig szerepet játszik a csontok épségének megőrzésében. A kálium és a magnézium fontos a normál izomműködéshez.

BG

**Продукти**

½ краставица  
100 грама спанак  
1 супена лъжица мед  
100 мл минерална вода

**Предимства за здравето**

"Green eyecatcher" има високо съдържание на витамин С, витамин А и витамин К и е източник на калий и магнезий. Витамин С повишава усвояването на желязо, витамин А спомага за поддържането на нормално зрение, витамин К играе важна роля в поддържането на нормалното състояние на костите. Калият и магнезият допринасят за нормалното функциониране на мускулите.

RU Green eyecatcher UK Зелена приваба PL Green eyecatcher KK Green eyecatcher ET Roheline pilgupüüdja LV Green eyecatcher LT Akį traukianti žaluma SR Green eyecatcher HR Green eyecatcher SL Zelena lepotica HU Zöld látomás BG Green eyecatcher RO Green eyecatcher SK Zelená vábnička CS Zelený krasavec

ET

**Koostisained**

½ kurki  
100 g spinatit  
1 spl mett  
100 ml mineraalvett

**Kasu tervisele**

"Green eyecatcher" sisaldab rikkalikult C-, A- ja K-vitamiini ning on kaaliumi ja magneesiumi allikas. C-vitamiin parandab raua imendumist, A-vitamiin aitab säilitada normaalse nägemist, K-vitamiin on oluline luude normaalse tugevuse hoidmiseks. Kaalium ja magneesium aitavad kaasa lihaste normaalsele talitlusele.

RO

**Ingrediente**

½ castravete  
100 g de spanac  
1 linguriță de miere  
100 ml de apă minerală

**Beneficii pentru sănătate**

Green eyecatcher este bogat în vitaminele C, A și K și este sursă de potasiu și magneziu. Vitamina C crește puterea de absorbție a fierului, vitamina A contribuie la menținerea vederii, vitamina K joacă un rol important în menținerea sănătății oaselor. Potasiul și magneziul contribuie la buna funcționare a mușchilor.

LV

**Sastāvdaļas**

½ gurka  
100 g spinātu  
1 ēdamkarote medus  
100 ml minerālūdens

**leguvumi veselībai**

Kokteilī Green eyecatcher ir augsts C, A un K vitamīna saturs, kā arī tas ir labs kālija un magnēzija avots. C vitamīns palielina dzelzs absorbciju, A vitamīns palīdz uzturēt labu redzi, K vitamīns palīdz uzturēt normālu kaulu stāvokli. Kālijs un magnēzijs veicina normālu muskuļu funkciju.

SK

**Zloženie**

½ uhorky  
100 gramov špenátu  
1 polievková lyžica medu  
100 ml minerálnej vody

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Zelená vābnīčka má vysoký obsah vitamínu C, vitamínu A a vitamínu K a je zdrojom draslíka a horčíka. Vitamín C zvyšuje mieru absorpcie železa, vitamín A prispieva k náležitej činnosti zraku a vitamín K zohráva rolu pri udržiavaní náležiteho stavu kostí. Draslík a horčík prispievajú k normálnej činnosti svalstva.

LT

**Sudėtis**

½ agurko  
100 g špinatų  
1 valg. š. medaus  
100 ml mineralinio vandens

**Nauda sveikatai**

Kokteilėje „Akj traukianti žaluma“ labai daug vitamino C, vitamino A ir vitamino K. Tai kalio ir magnio šaltinis. Vitamins C pagerina geležies įsisavinimą, vitaminas A padeda išlaikyti normalų regėjimą, o vitaminas K padeda išlaikyti sveikus kaulus. Kalis ir magnis nulemia normalią raumenų veiklą.

CS

**Ingredience**

½ okurky  
100 g špenátu  
1 lžíce medu  
100 ml minerální vody

**Přínos pro vaše zdraví**

Zelený krasavec má vysoký obsah vitamínů C, A a K a je zdrojem draslíku a hořčíku. Vitamín C zvyšuje vstřebávání železa, vitamín A přispívá správné funkci zraku a vitamín K pomáhá udržovat zdravé kosti. Draslík a hořčík přispívají ke správné funkci svalů.

SR

**Sastojci**

½ krastavca  
100 g spanača  
1 kašika meda  
100 ml mineralne vode

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Green eyecatcher ima visok sadržaj vitamina C, A i K, a predstavlja i izvor kalijuma i magnezijuma. Vitamin C povećava apsorpciju gvožđa, vitamin A doprinosi održavanju normalnog stanja vida, a vitamin K igra ulogu u održavanju normalnog stanja kostiju. Kalijum i magnezijum doprinose normalnom funkcionisanju mišića.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

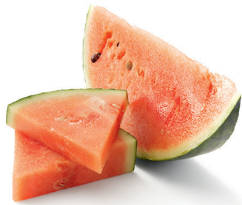
CS



**RU** Red sensation **UK** Червона сенсація **PL** Red sensation  
**KK** Red sensation **ET** Punane sensatsioon  
**LV** Red sensation **LT** Raudonoji aistra  
**SR** Red sensation **HR** Red sensation  
**SL** Rdeča senzacija **HU** Piros élmény **BG** Червена сензация  
**RO** Red sensation **SK** Červená senzácia  
**CS** Rudá senzace

# Red sensation

¼



watermelon

1 handful



strawberries

½



pineapple

1



lime

## Health benefit

Red sensation is high in Vitamin C. Vitamin C contributes to the production of cells from oxidative stress.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

#### Ингредиенты

¼ арбуза  
1 горсть клубники  
½ ананаса  
1 лайм

#### Лечебные свойства

Напиток Red sensation богат витамином С. Витамин С защищает клетки, которые борются с окислительным стрессом.

UK

#### Інгредієнти

¼ кавуна  
1 пригорща полуниця  
½ ананаса  
1 лайм

#### Користь для здоров'я

Напій "Червона сенсація" багатий на вітамін С. Вітамін С сприяє захисту клітин від окислювального стресу.

PL

#### Składniki

¼ melona  
1 garść truskawek  
½ ananasa  
1 limonka

#### Korzyści dla zdrowia

Koktajl Red sensation jest bogaty w witaminę C, która przyczynia się do ochrony komórek przed stresem oksydacyjnym.

KK

#### Қосылатын заттар

¼ қарбыз  
1 уыс құлпынай  
½ ананас  
1 лайм

#### Денсаулыққа пайдасы

Red sensation гүлінде С дәрумені көп. С дәрумені тотығу стресінен жасушаларды қорғауға үлес қосады.

HR

#### Sastojci

¼ lubenice  
1 šaka jagoda  
½ ananasa  
1 limeta

#### Prednosti za zdravlje

Red sensation bogat je vitaminom C. Vitamin C štiti stanice od oksidacijskog stresa.

SL

#### Sestavine

¼ lubenice  
1 pest jagod  
½ ½ ananasa  
1 limeta

#### Pozitiven vpliv na zdravje

Rdeča senzacija vsebuje veliko vitamina C. Vitamin C prispeva k zaščiti celic po oksidativnem stresu.

HU

#### Hozzávalók

¼ görögdinnye  
1 maroknyi eper  
½ ananász  
1 zöldbítm

#### Egészségügyi előny

Gazdag C-vitaminban, mely hozzájárul a sejtek oxidatív stressz elleni védelméhez.

BG

#### Продукти

¼ диня  
1 шепя ягоди  
½ ананас  
1 лайм

#### Предимства за здравето

"Червена сензация" има високо съдържание на витамин С, който допринася за защитата на клетките от оксидативен стрес.

RU Red sensation UK Червона сенсація PL Red sensation KK Red sensation ET Punane sensatsioon LV Red sensation LT Raudonoji aistra SR Red sensation HR Red sensation SL Rdeča senzacija HU Piros élmény BG Червена сензация RO Red sensation SK Červená senzácia CS Rudá senzace



ET

**Koostisained**

¼ arbuusi  
1 peotäis maasikaid  
½ ananassi  
1 laim

**Kasu tervisele**

"Red sensation" sisaldab rikkalikult C-vitamiini. C-vitamiin aitab kaitsta rakke oksüdatiivse stressi eest

LV

**Sastāvdaļas**

¼ arbūza  
1 sauja zemeņu  
½ ananasa  
1 laims

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilī Red sensation ir augsts C vitamīna saturs. C vitamīns nodrošina šūnu aizsardzību pret oksidatīvo stresu.

LT

**Sudėtis**

¼ arbūzo  
1 sauja braškių  
½ ananaso  
1 žalioji citrina

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Raudonoji aistra“ daug vitamino C. Vitaminas C prisideda prie ląstelių apsaugos patiriant oksidacinį stresą.

SR

**Sastojci**

¼ lubenice  
1 šaka jagoda  
½ ananasa  
1 limeta

Pozitivni uticaj na zdravlje Red sensation ima visok sadržaj vitamina C. Vitamin C doprinosi zaštiti ćelija usled oksidativnog stresa.

RO

**Ingrediente**

¼ pepene roșu  
1 mână de căpșuni  
½ ananas  
1 lămâie verde

**Beneficii pentru sănătate**

Red sensation este bogat în vitamina C. Vitamina C protejează celulele împotriva stresului oxidativ.

SK

**Zloženie**

¼ červená dyňa  
1 hrstf jahôd  
½ ananásu  
1 limetka

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Červená senzácia sa vyznačuje vysokým obsahom vitamínu C. Vitamín C prispieva k ochrane buniek pred oxidatívnym stresom.

CS

**Ingredience**

¼ vodního melounu  
Hrst jahod  
½ ananasu  
1 limetka

**Přínos pro vaše zdraví**

Rudá senzace má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C přispívá k ochraně buněk před oxidačním stresem.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL


HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Яблочно-клюквенный сок **UK** Яблучно-журавлиний сік **PL** Sok żurawinowo-jabłkowy **KK** мүжидек-алма шырыны **ET** Jõhvika-õuna mahl **LV** Dzērveņu-ābolu sula **LT** Spanguolių ir obuolių sultys **SR** Cranapple **HR** Sok od brusnice i jabuke **SL** Sok iz brusnic in jabolk **HU** Áfonyalma ital **BG** Ябълково-боровинков сок **RO** Suc de ananas și merișoare **SK** Brusnicový džús **CS** Brusinkovo-jablečná šťáva

# Cranapple

1 handful



cranberries (fresh)

2



apples

½



pineapple

## Health benefit

Cranapple is a source of Vitamin C. Vitamin C supports the normal function of the nervous system.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

1 горсть свежей клюквы  
2 яблока  
½ ананаса

**Лечебные свойства**

Яблочно-клюквенный сок является источником витамина С. Витамин С необходим для правильной работы нервной системы.

**UK****Інгредієнти**

1 пригорща журавлини (свіжої)  
2 яблука  
½ ананаса

**Користь для здоров'я**

Яблучно-журавлиний сік – це джерело вітаміну С. Вітамін С сприяє нормальному функціонуванню нервової системи.

**PL****Składniki**

1 garść owoców żurawiny  
(świeżych)  
2 jabłka  
½ ananasa

**Korzyści dla zdrowia**

Sok żurawinowo-jabłkowy jest źródłem witaminy C, która wspomaga prawidłowe działanie systemu nerwowego.

**KK****Қосылатын заттар**

1 уыс мүкжидек (жаңа піскен)  
2 алма  
½ ананас

**Денсаулыққа пайдасы**

Мүкжидек-алма шырыны — С дәруменінің көзі. С дәрумені жүйеке жүйесінің қалыпты жұмыс істеуін қолдайды.

**HR****Sastojci**

1 šaka brusnica (svježih)  
2 jabuke  
½ ananasa

**Prednosti za zdravlje**

Sok od brusnice i jabuke izvor je vitamina C. Vitamin C regulira rad nervnog sustava.

**SL****Sestavine**

1 pest brusnic (svežih)  
2 jabolki  
½ ananasa

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Sok iz brusnic in jabolk je vir vitamina C. Vitamin C podpira normalno delovanje živčnega sistema.

**HU****Hozzávalók**

1 marék áfonya (friss)  
2 alma  
½ ananász

**Egészségügyi előny**

Az áfonyalma ital sok C-vitamint tartalmaz, mely elősegíti az idegrendszer megfelelő működését.

**BG****Продукти**

1 шепa червени боровинки (свежи)  
2 ябълки  
½ ананас

**Предимства за здравето**

"Ябълково-боровинковият сок" е източник на витамин С, който поддържа нормалното функциониране на нервната система.

**RU** Яблочно-клюквенный сок **UK** Яблучно-журавлиний сік **PL** Sok żurawinowo-jabłkowy  
**KK** мүкжидек-алма шырыны **ET** Jöhvika-öuna mahl **LV** Dzērveņu-ābolu sula **LT** Spanguolių  
ir obuolių sultys **SR** Cranapple **HR** Sok od brusnice i jabuke **SL** Sok iz brusnic in  
jabolk **HU** Áfonyalma ital **BG** Ябълково-боровинков сок **RO** Suc de ananas și merișoare  
**SK** Brusnicový džús **CS** Brusinkovo-jablečná šťáva

**ET****Koostisained**

1 peotäis jõhvikaid (värsked)  
2 õuna  
½ ananassi

**Kasu tervisele**

"Cranapple" sisaldab C-vitamiini. C-vitamiin toetab närvisüsteemi normaalset talitlust.

**LV****Sastāvdaļas**

1 sauja dzērveņu (svaigas)  
2 āboli  
½ ananasa

**leguvumi veselībai**

Dzērveņu-ābolu sula ir C vitamīna avots. C vitamīns veicina normālu nervu sistēmas darbību.

**LT****Sudėtis**

1 sauja spanguolių (šviežių)  
2 obuoliai  
½ ananasa

**Nauda sveikatai**

Spanguolių ir obuolių sultys yra vitamino C šaltinis. Vitaminas C palaiko normalią nervų sistemos funkciją.

**SR****Sastojci**

1 šaka brusnica (svežih)  
2 jabeke  
½ ananasa

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Cranapple je izvor vitamina C. Vitamin C podržava normalno funkcionisanje nervnog sistema.

**RO****Ingrediente**

1 mână de afine (proaspete)  
2 mere  
½ ananas

**Beneficii pentru sănătate**

Sucul din ananas și merișoare este sursă de vitamina C. Vitamina C stimulează funcționarea normală a sistemului nervos.

**SK****Zloženie**

1 hrst' brusnic (čerstvých)  
2 jablká  
½ ananásu

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Brusnicový džús je zdrojom vitamínu C. Vitamín C prispieva k normálnej činnosti nervového systému.

**CS****Ingredience**

1 hrst brusinek (čerstvých)  
2 jablka  
½ ananasu

**Přínos pro vaše zdraví**

Brusinkovo-jablečná šťáva je zdrojem vitamínu C. Vitamin C podporuje správné fungování nervového systému.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Summer sun **UK** Літнє сонце **PL** Letnie słońce **KK** Summer sun **ET** Suvepäike **LV** Summer sun **LT** Vasaros saulė **SR** Summer sun **HR** Summer sun **SL** Poletno sonce **HU** Nyári nap **BG** Лятно слънце **RO** Summer sun **SK** Letné slnko **CS** Letní slunce

# Summer sun

4



pears

4



mandarins

1



lemon

## Health benefit

Summer sun is a source of Vitamin C. Vitamin C supports the normal psychological function.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

### Ингредиенты

4 груши  
4 мандарина  
1 лимон

### Лечебные свойства

Напиток Summer sun — источник витамина С. Витамин С необходим для поддержания психических функций.

UK

### Інгредієнти

4 груші  
4 мандарини  
1 лимон

### Користь для здоров'я

Напій "Літнє сонце" — це джерело вітаміну С. Вітамін С підтримує нормальний стан психологічних функцій.

PL

### Składniki

4 gruszeki  
4 mandarynki  
1 cytryna

### Korzyści dla zdrowia

Koktajl Letnie słońce jest źródłem witaminy C, która wspomaga sprawność psychiczną.

KK

### Қосылатын заттар

4 алмұрт  
4 мандарин  
1 лимон

### Денсаулыққа пайдасы

Summer sun — С дәруменінің көзі. С дәрумені қалыпты психологиялық функцияны қолдайды.

HR

### Sastojci

4 kruške  
4 mandarine  
1 limun

### Prednosti za zdravlje

Summer sun izvor je vitamina C. Vitamin C regulira mentalno stanje.

SL

### Sestavine

4 hruške  
4 mandarine  
1 limona

### Pozitiven vpliv na zdravje

Poletno sonce je vir vitamina C. Vitamin C podpira normalno psihološko delovanje.

HU

### Hozzávalók

4 körte  
4 mandarin  
1 citrom

### Egészségügyi előny

A nyári nap sok C-vitamint tartalmaz, mely hozzájárul a megfelelő lelki működéshez.

BG

### Продукти

4 круши  
4 мандарини  
1 лимон

### Предимства за здравето

"Лятно слънце" е източник на витамин С, който поддържа нормалните психологически функции.

RU Summer sun UK Літнє сонце PL Letnie słońce KK Summer sun ET Suvepäike LV Summer sun LT Vasaros saulė SR Summer sun HR Summer sun SL Poletno sonce HU Nyári nap BG Лятно слънце RO Summer sun SK Letné slnko CS Letní slunce



**ET****Koostisained**

4 pirni  
4 mandariini  
1 sidrun

**Kasu tervisele**

"Summer sun" sisaldab C-vitamiini. C-vitamiin toetab psüühika normaalset talitlust.

**LV****Sastāvdaļas**

4 bumbieri  
4 mandarīni  
1 citrons

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilis Summer sun ir C vitamīna avots. C vitamīns veicina normāla psiholoģiskā stāvokļa uzturēšanu.

**LT****Sudėtis**

4 kriaušės  
4 mandarinai  
1 citrina

**Nauda sveikatai**

Kokteilis „Vasaros saulė“ yra vitamino C šaltinis. Vitaminas C palaiko normalią psichologinę būseną.

**SR****Sastojci**

4 kruške  
4 mandarine  
1 limun

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Summer sun je izvor vitamina C. Vitamin C podržava normalno psihološko funkcionisanje.

**RO****Ingrediente**

4 pere  
4 mandarine  
1 lămăie

**Beneficii pentru sănătate**

Summer sun este sursă de vitamina C. Vitamina C susține sănătatea psihică.

**SK****Zloženie**

4 hrušky  
4 mandarinky  
1 citróny

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Letné slnko je zdrojom vitamínu C. Vitamín C prispieva k normálnej psychologickej rovnováhe.

**CS****Ingredience**

4 hrušky  
4 mandarinky  
1 citron

**Přínos pro vaše zdraví**

Letní slunce je zdrojem vitamínu C. Vitamin C zlepšuje psychiku.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Beautylicious **UK** Апетитна краса **PL** Beautylicious  
**KK** Beautylicious **ET** Beautylicious **LV** Beautylicious **LT** Skonis  
ir grožis **SR** Beautylicious **HR** Beautylicious **SL** Beautylicious  
**HU** Szépségkóktél **BG** Beautylicious **RO** Beautylicious  
**SK** Beautylicious **CS** Krása nesmírná

# Beautylicious

1



orange

1/4



pineapple

2



carrots

1



lemon

1 spoon



olive oil

## Health benefit

Beautylicious is high in Vitamin C and Vitamin A. Vitamin C plays a role in the protection of cells from oxidative stress and Vitamin A contributes to supporting the maintenance of normal skin.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

**Ингредиенты**

1 апельсин  
¼ ананаса  
2 моркови  
1 лимон  
1 чайная ложка оливкового масла

**Лечебные свойства**

Напиток Beautylicious богат витаминами С и А. Витамин С защищает клетки от окислительного стресса, а витамин А необходим для здоровья и красоты кожи.

UK

**Інгредієнти**

1 апельсин  
¼ ананаса  
2 моркви  
1 лимон  
1 чайна ложка оливкової олії

**Користь для здоров'я**

Напій "Апетитна краса" багатий на вітаміни С та А. Вітамін С захищає клітини від окислювального стресу, а вітамін А підтримує нормальний стан шкіри.

PL

**Składniki**

1 pomarańcza  
¼ ananasa  
2 marchewki  
1 cytryna  
1 łyżeczka oliwy z oliwek

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Beautylicious jest bogaty w witaminy C i A. Witamina C przyczynia się do ochrony komórek przed stresem oksydacyjnym, a witamina A wspiera prawidłowe funkcjonowanie skóry.

KK

**Қосылатын заттар**

1 апельсин  
¼ ананас  
2 сәбіз;  
1 лимон  
1 ас қасық зәйтүн майы

**Денсаулыққа пайдасы**

Beautylicious құрамында С дәрумені және А дәрумені көп. С дәрумені жасушаларды тотығу стресінен қорғауда рөл ойнайды және А дәрумені қалыпты теріні сақтауды қолдауға үлес қосады.

HR

**Sastojci**

1 naranča  
¼ ananasa  
2 mrkve  
1 limun  
1 čajna žlica maslinovog ulja

**Prednosti za zdravlje**

Beautylicious je bogat vitaminom C i vitaminom A. Vitamin C štiti stanice od oksidacijskog stresa, a vitamin A čuva zdravlje kože.

SL

**Sestavine**

1 pomaranča  
¼ ananasa  
2 korenčka  
1 limona  
1 žlička olivnega olja

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Beautylicious vsebuje veliko vitaminov C in A. Vitamin C ščiti celice pred oksidativnim stresom, vitamin A pa prispeva k ohranjanju normalne kože.

HU

**Hozzávalók**

1 narancs  
¼ ananász  
2 sárgarépa  
1 citrom  
1 teáskanál olívaolaj

**Egészségügyi előny**

A szépségkoktél kiváló C- és A-vitaminforrás. A C-vitamin szerepet játszik a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelmében. Az A-vitamin hozzájárul a szép bőr megőrzéséhez.

BG

**Продукти**

1 портокал  
¼ ананас  
2 моркова  
1 лимон  
1 супена лъжица зехтин

**Предимства за здравето**

"Beautylicious" има високо съдържание на витамин С и витамин А. Витамин С играе важна роля за защитата на клетките от оксидативен стрес, а витамин А допринася за поддържане на нормалното състояние на кожата.

RU Beautylicious UK Апетитна краса PL Beautylicious KK Beautylicious ET Beautylicious  
LV Beautylicious LT Skonis ir grožis SR Beautylicious HR Beautylicious SL Beautylicious  
HU Szépségkoktél BG Beautylicious RO Beautylicious SK Beautylicious CS Krása nesmírná

ET

**Koostisained**

1 apelsin  
¼ ananasi  
2 porgandit  
1 sidrun  
1 tl oliiviõli

**Kasu tervisele**

"Beautylicious" sisaldab rikkalikult C- ja A-vitamiini. C-vitamiinil on oluline roll rakkude kaitsmisel oksüdatiivse stressi eest ja A-vitamiin aitab kaasa naha normaalse seisundi säilitamisele.

LV

**Sastāvdaļas**

1 apelsins  
¼ ananasa  
2 burkāni  
1 citrons  
1 tējkarote olīveļļas

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilī Beautylicious ir augsts C un A vitamīna saturs. C vitamīns aizsargā šūnas pret oksidatīvo stresu, un A vitamīns palīdz uzturēt normālu ādas stāvokli.

LT

**Sudėtis**

1 apelsinas  
¼ ananaso  
2 morkos  
1 citrina  
1 arbat. š. alyvuogių aliejaus

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Skonis ir grožis“ gausu vitaminų C ir A. Vitaminas C padeda apsaugoti ląsteles nuo oksidacinio streso, o vitaminas A palaiko normalią odos būklę.

SR

**Sastojci**

1 pomorandža  
¼ ananasa  
2 šargarepe  
1 limun  
1 kašičica maslinovog ulja

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Beautylicious ima visok sadržaj vitamina C i A. Vitamin C ima ulogu u zaštiti ćelija od oksidativnog stresa, a vitamin A doprinosi održavanju normalnog stanja kože.

RO

**Ingrediente**

1 portocală  
¼ ananas  
2 morcovi  
1 lămâie  
1 linguriță de ulei de măsline

**Beneficii pentru sănătate**

Beautylicious este bogat în vitaminele C și A. Vitamina C contribuie la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ, iar vitamina A ajută la menținerea sănătății pielii.

SK

**Zloženie**

1 pomaranč  
¼ ananásu  
2 mrkvy  
1 citrón  
1 polievková lyžica olivového oleja

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Beautylicious má vysoký obsah vitamínu C a vitamínu A. Vitamín C zohráva rolu pri ochrane buniek pred oxidatívnym stresom a vitamín A pomáha udržiavať normálny stav pokožky.

CS

**Ingredience**

1 pomeranč  
¼ ananasu  
2 mrkve  
1 citrón  
1 čajová lžička olivového oleje

**Přínos pro vaše zdraví**

Krása nesmírná má vysoký obsah vitamínů C a A. Vitamín C hraje roli při ochraně buněk před oxidačním stresem a vitamín A má blahodárný vliv na pokožku.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Farmers market **UK** Сік "Фермерський"  
**PL** Sok owocowo-warzywny **KK** фермерлер  
нарығының шырыны **ET** Taluniku turumahl  
**LV** Dārzenu-ogu sula **LT** Kokteilis „Iš ūkininkų  
turgaus“ **SR** Sok sa pijace **HR** Voćni sok  
**SL** Kmečki sok **HU** Ital a piacról **BG** Сок  
"Фермерски пазар" **RO** Suc Farmers market  
**SK** Džús z farmárskeho trhu **CS** Farmářský  
džus

# Farmers market

1 handful



strawberries

1



cucumber

1



apple

2



carrots

## Health benefit

Farmers market is high in Vitamin A. Vitamin A supports the normal iron metabolism.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

1 горсть клубники  
1 огурец  
1 яблоко  
2 моркови

**Лечебные свойства**

Напиток Farmers market богат витамином А. Витамин А необходим для усвоения железа.

**UK****Інгредієнти**

1 пригорща полуниця  
1 огірок  
1 яблуко  
2 моркви

**Користь для здоров'я**

Сік "Фермерський" багатий на вітамін А. Вітамін А підтримує нормальний метаболізм заліза.

**PL****Składniki**

1 garść truskawek  
1 ogórek  
1 jabłko  
2 marchewki

**Korzyści dla zdrowia**

Sok owocowo-warzywny jest bogaty w witaminę A, która wspiera prawidłowy metabolizm żelaza.

**КК****Қосылатын заттар**

1 уыс құлпынай  
1 қияр  
1 алма;  
2 сәбіз;

**Денсаулыққа пайдасы**

Фермерлер нарығындағы шырында А дәрумені көп. А дәрумені қалыпты темір метаболізмін қолдайды.

**HR****Sastojci**

1 šaka jagoda  
1 krastavac  
1 jabuka  
2 mrkve

**Prednosti za zdravlje**

Voćni sok bogat je vitaminom A. Vitamin A regulira razinu željeza, a time i metabolizam.

**SL****Sestavine**

1 pest jagod  
1 kumara  
1 jabolko  
2 korenčka

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Kmečki sok vsebuje veliko vitamina A. Vitamin A podpira normalno presnovo železa.

**HU****Hozzávalók**

1 maroknyi eper  
1 uborka  
1 alma  
2 sárgarépa

**Egészségügyi előny**

A-vitaminban gazdag, mely támogatja a megfelelő vasanyagcserét.

**BG****Продукти**

1 шепя ягоди  
1 краставица  
1 ябълка  
2 моркова

**Предимства за здравето**

Сок "Фермерски пазар" има високо съдържание на витамин А, който отговаря за нормалното усвояване на желязото.

**RU** Farmers market **UK** Сік "Фермерський" **PL** Sok owocowo-warzywny **КК** фермерлер нарығының шырыны **ET** Taluniku turumahl **LV** Dārzenų-ogu sula **LT** Kokteilis „Iš ūkininkų turgaus“ **SR** Sok sa pijace **HR** Voćni sok **SL** Kmečki sok **HU** Ital a piacról **BG** Сок "Фермерски пазар" **RO** Suc Farmers market **SK** Džús z farmárskeho trhu **CS** Farmářský džus



ET

**Koostisained**

1 peotäis maasikaid  
1 kurk  
1 õun  
2 porgandit

**Kasu tervisele**

"Farmers market" sisaldab rikkalikult A-vitamiini. A-vitamiin toetab raua normaalset ainevahetust.

LV

**Sastāvdaļas**

1 sauja zemeņu  
1 gurķis  
1 ābols  
2 burkāni

**leguvumi veselībai**

Dārzeņu-ogu sulā ir augsts A vitamīna saturs. A vitamīns veicina normālu dzelzs vielmaiņu.

LT

**Sudėtis**

1 sauja braškių  
1 agurkas  
1 obuolys  
2 morkos

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „iš ūkininkų turgaus“ gausu vitamino A. Vitaminas A užtikrina normalų geležies įsisavinimą.

SR

**Sastojci**

1 šaka jagoda  
1 krastavac  
1 jabuka  
2 šargarepe

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Sok sa pijace ima visok sadržaj vitamina A. Vitamin A podržava normalan metabolizam gvožđa.

RO

**Ingrediente**

1 mână de căpșune  
1 castravete  
1 măr  
2 morcovi

**Beneficii pentru sănătate**

Sucul Farmers market este bogat în vitamina A. Vitamina A stimulează metabolismul fierului.

SK

**Zloženie**

1 hrst jahôd  
1 uhorka  
1 jablko  
2 mrkvy

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Džús z farmárskeho trhu má vysoký obsah vitamínu A. Vitamín A prispieva k normálnemu metabolizmu železa.

CS

**Ingredience**

Hrst jahod  
1 okurka  
1 jablko  
2 mrkve

**Přínos pro vaše zdraví**

Farmářský džus má vysoký obsah vitamínu A. Vitamín A podporuje správné vstřebávání železa.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Love it up **UK** Ніжність **PL** Love it up **KK** Love it up **ET** Joo armastusega põhjani  
**LV** Love it up **LT** Svaigulys **SR** Love it up **HR** Love it up **SL** Čista ljubezen **HU** Szerellemre fel  
**BG** Израз на любов **RO** Love it up **SK** Miluj ma **CS** S láskou až do dna

# Love it up

4



kiwi fruits

1 handful



raspberries

1



pomegranate

1



apple

3



carrots

1/2



lemon

## Health benefit

Love it up is high in Vitamin C and Vitamin A and contains Vitamin K. Vitamin C and A contribute to the normal function of the immune system. Vitamin K plays a role in the maintenance of normal bones.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

**Ингредиенты**

4 киви  
1 горсть малины  
1 гранат  
1 яблоко  
3 моркови  
½ лимона

**Лечебные свойства**

Напиток Love it up богат витаминами С и А, а также содержит витамин К. Витамины С и А необходимы для правильной работы иммунной системы. Витамин К отвечает за укрепление костной ткани.

UK

**Інгредієнти**

4 киви  
1 пригорща малини  
1 гранат  
1 яблуко  
3 моркви  
½ лимона

**Користь для здоров'я**

Напій "Ніжність" багатий на вітаміни С та А і містить вітамін К. Вітаміни С та А сприяють нормальній роботі імунної системи. Вітамін К підтримує нормальний стан кісток.

PL

**Składniki**

4 kiwi  
1 garść malin  
1 granat  
1 jabłko  
3 marchewki  
½ cytryny

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Love it up jest bogaty w witaminy C i A; zawiera również witaminę K. Witaminy C i A wspierają prawidłowe działanie systemu odpornościowego. Witamina K przyczynia się do utrzymania dobrego stanu kości.

KK

**Қосылатын заттар**

4 киви жемісі  
1 уыс таңқурай  
1 анар  
1 алма;  
3 сәбіз  
½ лимон

**Денсаулыққа пайдасы**

Love it up құрамында С дәрумені және А дәрумені көп, әрі К дәруменін қамтиді. С және А дәрумендері иммундық жүйенің қалыпты функциясына үлес қосады. К дәрумені қалыпты сүйектерді сақтауда рөл ойнайды.

HR

**Sastojci**

4 kivija  
1 šaka malina  
1 šipak  
1 jabuka  
3 mrkve  
½ limuna

**Prednosti za zdravlje**

Love it up bogat je vitaminom C i vitaminom A te sadrži vitamin K. Vitamin C i A reguliraju rad imunološkog sustava. Vitamin K štiti zdravlje kostiju.

SL

**Sestavine**

4 kiviji  
1 pest malin  
1 granatno jabolko  
1 jabolko  
3 korenčki  
½ limone

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Čista ljubezen vsebuje veliko vitaminov C in A ter vitamin K. Vitamina C in A prispevata k normalnemu delovanju imunskega sistema. Vitamin K pomaga ohranjati zdrave kosti.

HU

**Hozzávalók**

4 kivi  
1 marék málna  
1 gránátalma  
1 alma  
3 répa  
½ citrom

**Egészségügyi előny**

C- és A-vitaminban gazdag, valamint K-vitamint is tartalmaz. A C- és A-vitamin hozzájárul az immunrendszer megfelelő működéséhez. A K-vitamin szerepet játszik a csontok épségének megőrzésében.

BG

**Продукти**

4 кивита  
1 шепа малини  
1 нар  
1 ябълка  
3 моркова  
½ лимон

**Предимства за здравето**

"Израз на любов" има високо съдържание на витамин С и витамин А, както и съдържа витамин К. Витамините С и А допринасят за нормалното функциониране на имунната система. Витамин К участва в поддържането на нормалното състояние на костите.

RU Love it up UK Ніжність PL Love it up KK Love it up ET Joo armastusega põhjani  
LV Love it up LT Svaigulys SR Love it up HR Love it up SL Čista ljubezen HU Szerelemre fel  
BG Израз на любов RO Love it up SK Miluj ma CS S láskou až do dna

ET

**Koostisained**

4 kiivit  
1 peotäis vaarikaid  
1 granaatõun  
1 õun  
3 porgandit  
½ sidrunit

**Kasu tervisele**

"Love it up" sisaldab rikkalikult C- ja A-vitamiini, samuti K-vitamiini. C- ja A-vitamiin aitavad kaasa immuunsüsteemi normaalsele talitlusele. K-vitamiinil on oluline roll luude tugevuse säilitamisel.

LV

**Sastāvdaļas**

4 kivi  
1 sauja aveņu  
1 granātābols  
1 ābols  
3 burkāni  
½ citrona

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilī Love it up ir augsts C un A vitamīna saturs, un tas satur arī K vitamīnu. C un A vitamīns veicina normālu imūnsistēmas darbību. K vitamīns palīdz uzturēt normālu kaulu stāvokli.

LT

**Sudėtis**

4 kiviai  
1 sauja aviečių  
1 granatas  
1 obuolys  
3 morkos  
½ citrinos

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Svaigulys“ gausu vitaminų C, A ir K. Vitaminai C ir A padeda užtikrinti tinkamą imuninės sistemos funkcionavimą. Vitaminas K padeda išlaikyti sveikus kaulus.

SR

**Sastojci**

4 kivija  
1 šaka malina  
1 nar  
1 jabuka  
3 šargarepe  
½ limuna

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Love it up ima visok sadržaj vitamina C i A, a sadrži i vitamin K. Vitamin C i A doprinose normalnom funkcionisanju imunog sistema. Vitamin K igra ulogu u održavanju normalnog stanja kostiju.

RO

**Ingrediente**

4 kiwi  
1 mână de zmeură  
1 rodie  
1 măr  
3 morcovi  
½ lămâie

**Beneficii pentru sănătate**

Love it up este bogat în vitaminele C și A și conține vitamina K. Vitaminele C și A contribuie la buna funcționare a sistemului imunitar. Vitamina K joacă un rol important în menținerea sănătății oaselor.

SK

**Zloženie**

4 plody kiwi  
1 hrst malin  
1 granátové jablko  
1 jablko  
3 mrkvy  
½ citróna

**Pozitivné účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Miluj ma má vysoký obsah vitamínu C a vitamínu A a obsahuje vitamín K. Vitamíny C a A prispievajú k normálnej činnosti imunitného systému. Vitamín K zohráva úlohu pri udržiavaní zdravých kostí.

CS

**Ingredience**

4 kiwi  
1 hrst malin  
1 granátové jablko  
1 jablko  
3 mrkve  
½ citrónu

**Přínos pro vaše zdraví**

S láskou až do dna má vysoký obsah vitamínů C a A a obsahuje vitamín K. Vitamíny C a A přispívají ke správnému fungování imunitního systému. Vitamín K pomáhá udržovat zdravé kosti.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Сочная груша **UK** Цвіт груш **PL** Pear blossom **KK** алмұрт гүлі **ET** Pirniõis **LV** Pear blossom  
**LT** Kriaušių žiedai **SR** Pear blossom **HR** Pear blossom **SL** Hruškin cvet **HU** Körtevirág  
**BG** Крушови цветчета **RO** Pear blossom **SK** Kvitnúce hrušky **CS** Hruškový květ

# Pear blossom

4



pears

2



bunch of red grapes

1 tsp



honey

## Health benefit

Pear blossom can help to reduce oxidative stress.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

#### Ингредиенты

4 груши  
2 грозди красного винограда  
1 чайная ложка меда

#### Лечебные свойства

Напиток "Сочная груша" помогает бороться с окислительным стрессом.

UK

#### Інгредієнти

4 груші  
2 гілочки червоного винограда  
1 чайна ложка меду

#### Користь для здоров'я

Напій "Цвіт груш" допомагає зменшити окислювальний стрес.

PL

#### Składniki

4 gruszek  
2 kłóście czerwonych winogron  
1 łyżeczka miodu

#### Korzyści dla zdrowia

Koktajl Pear blossom pomaga zredukować skutki stresu oksydacyjnego.

KK

#### Қосылатын заттар

4 алмұрт  
2 уыс қызыл жүзім  
1 ас қасық бал

#### Денсаулыққа пайдасы

Алмұрт гүлі тотығу стресін азайтуға көмектеседі.

HR

#### Sastojci

4 kruške  
2 grozda crvenog grožđa  
1 čajna žlica meda

#### Prednosti za zdravlje

Pear blossom smanjuje razinu oksidacijskog stresa.

SL

#### Sestavine

4 hruške  
2 grozda rdečega grozdja  
1 žlička medu

#### Pozitiven vpliv na zdravje

Hruškin cvet lahko pomaga blažiti oksidativni stres.

HU

#### Hozzávalók

4 körte  
2 fürt piros szőlő  
1 teáskanál méz

#### Egészségügyi előny

A körtevirág segíthet csökkenteni az oxidatív stresszt.

BG

#### Продукти

4 круши  
2 чепки червено грозде  
1 супена лъжица мед

#### Предимства за здравето

"Крушови цветчета" допринася за намаляването на оксидативния стрес.

RU Сочная груша UK Цвіт груш PL Pear blossom KK алмұрт гүлі ET Pirniõis LV Pear blossom  
LT Kriaušiu žiedai SR Pear blossom HR Pear blossom SL Hruškin cvet HU Körtevirág  
BG Крушови цветчета RO Pear blossom SK Kvitnúce hrušky CS Hruškový květ



**ET****Koostisained**

4 pirni  
2 kobarat punaseid viinamarju  
1 tl mett

**Kasu tervisele**

"Pear blossom" võib aidata vähendada oksüdatiivset stressi.

**LV****Sastāvdaļas**

4 bumbieri  
2 ķekari sarkano vīnogu  
1 tējkarote medus

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilis Pear blossom var palīdzēt samazināt oksidatīvo stresu.

**LT****Sudėtis**

4 kriaušės  
2 kekės raudonųjų vynuogių  
1 arbat. š. medaus

**Nauda sveikatai**

Kokteilis „Kriaušių žiedai“ padeda sumažinti oksidacinį stresą.

**SR****Sastojci**

4 kruške  
2 grozda crnog grožđa  
1 kašičica meda

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Pear blossom može da doprinese smanjenju oksidativnog stresa.

**RO****Ingrediente**

4 pere  
2 ciorchini de struguri roșii  
1 linguriță de miere

**Beneficii pentru sănătate**

Pear blossom ajută la reducerea stresului oxidativ.

**SK****Zloženie**

4 hrušky  
2 strapec červeného hrozna  
1 polievková lyžica medu

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Kvitnúce hrušky pomáha znižovať oxidatívny stres.

**CS****Ingredience**

4 hrušky  
2 hrozný červeného vína  
1 čajová lžička medu

**Přínos pro vaše zdraví**

Hruškový květ předchází oxidačnímu stresu.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Immunblast **UK** Сік "Міцний імунітет" **PL** Sok Immunblast **KK** иммунбласт шырыны  
**ET** Tervisepomm **LV** Imunitātes sula **LT** Imunitetas **SR** Immunblast **HR** Immunblast  
**SL** Imunska bomba **HU** Immunerősítő ital **BG** Доза имунитет **RO** Suc Immunblast **SK** Džús  
imunobomba **CS** Šáva pro nakopnutí imunity

# Immunblast

1 handful



strawberries

2



orange

1



apple

1



apricot

3



broccoli florets

## Health benefit

Immunblast is high in Vitamin C and Vitamin K. Vitamin C plays a role in the normal function of the immune system. Vitamin K contributes to supporting the maintenance of normal bones.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

- 1 горсть клубники
- 2 апельсина
- 1 яблоко
- 1 абрикос
- 3 соцветия брокколи

**Лечебные свойства**

Напиток Immunblast богат витаминами С и К. Витамин С необходим для правильной работы иммунной системы. Витамин К отвечает за укрепление костной ткани.

**UK****Інгредієнти**

- 1 пригорща полуниця
- 2 апельсини
- 1 яблуко
- 1 абрикос
- 3 суцвіття брокколи

**Користь для здоров'я**

Сік "Міцний імунітет" багатий на вітаміни С та К. Вітамін С відіграє важливу роль у нормальній роботі імунної системи. Вітамін К підтримує нормальний стан кісток.

**PL****Składniki**

- 1 garść truskawek
- 2 pomarańcze
- 1 jabłko
- 1 morela
- 3 różyczki brokułów

**Korzyści dla zdrowia**

Sok Immunblast jest bogaty w witaminy C i K. Witamina C przyczynia się do prawidłowego działania systemu odpornościowego, a witamina K pozytywnie wpływa na stan kości.

**KK****Қосылатын заттар**

- 1 уыс құлпынай
- 2 апельсин
- 1 алма;
- 1 өрік
- 3 брокколи жапырағы

**Денсаулыққа пайдасы**

Иммунбласт шырынында С дәрумені және К дәрумені көп. С дәрумені иммундық жүйенің қалыпты жұмысында рөл ойнайды. К дәрумені қалыпты сүйектерді сақтауды қолдауға үлес қосады.

**HR****Sastojci**

- 1 šaka jagoda
- 2 naranče
- 1 jabuka
- 1 marelica
- 3 cvijeta brokule

**Prednosti za zdravlje**

Immunblast bogat je vitaminom C i vitaminom K. Vitamin C regulira rad imunološkog sustava. Vitamin K štiti zdravlje kostiju.

**SL****Sestavine**

- 1 pest jagod
- 2 pomaranči
- 1 jabolko
- 1 marelica
- 3 brstični ohrovti brez stebel

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Imunska bomba vsebuje veliko vitaminov C in K. Vitamin C pomaga ohranjati normalno delovanje imunskega sistema. Vitamin K prispeva k ohranjanju normalnih kosti.

**HU****Hozzávalók**

- 1 maroknyi eper
- 2 narancs
- 1 alma
- 1 sárgabarack
- 3 brokkolirózsa

**Egészségügyi előny**

Az immunerősítő ital kiváló C- és K-vitaminforrás. A C-vitamin elősegíti az immunrendszer megfelelő működését. A K-vitamin fontos a csontok épségének megőrzéséhez.

**BG****Продукти**

- 1 шепя ягоди
- 2 портокала
- 1 ябълка
- 1 кайсия
- 3 розички броколи

**Предимства за здравето**

"Доза имунитет" има високо съдържание на витамин С и витамин К. Витамин С участва в нормалното функциониране на имунната система, а витамин К допринася за поддържането на нормалното състояние на костите.

**RU** Immunblast **UK** Сік "Міцний імунітет" **PL** Sok Immunblast **KK** иммунбласт шырыны  
**ET** Tervisepomm **LV** Imunitātes sula **LT** Imunitetas **SR** Immunblast **HR** Immunblast  
**SL** Imunska bomba **HU** Immunerősítő ital **BG** Доза имунитет **RO** Suc Immunblast **SK** Džús  
 imunobomba **CS** Štáva pro nakopnutí imunity

ET

**Koostisained**

1 peotäis maasikaid  
2 apelsini  
1 õun  
1 aprikoos  
3 brokoli õisikut

**Kasu tervisele**

"Immunblast" sisaldab rikkalikult C- ja K-vitamiini. C--vitamiin aitab kaasa immuunsüsteemi normaalsele talitlusele. K-vitamiin aitab kaasa luude tugevuse säilitamisele.

LV

**Sastāvdaļas**

1 sauja zemeņu  
2 apelsīni  
1 ābols  
1 aprikoze  
3 brokoļu galviņas

**leguvumi veselībai**

Imunitātes sulā ir augsts C un K vitamīna saturs. C vitamīns veicina normālu imūnsistēmas funkciju. K vitamīns veicina normālu kaulu stāvokļa uzturēšanu.

LT

**Sudėtis**

1 sauja braškių  
2 apelsinai  
1 obuolys  
1 abrikosas  
3 šakelės žiedinių brokolių

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Imunitetas“ gausu vitaminų C ir K. Vitamins C labai svarbus siekiant užtikrinti normalią imuninės sistemos veiklą, o vitaminas K padeda išlaikyti sveikus kaulus.

SR

**Sastojci**

1 šaka jagoda  
2 pomorandže  
1 jabuka  
1 kajsija  
3 cveta brokolija

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Immunblast ima visok sadržaj vitamina C i K. Vitamin C igra ulogu u normalnom funkcionisanju imunog sistema. Vitamin K doprinosi održavanju normalnog stanja kostiju.

RO

**Ingrediente**

1 mână de căpșuni  
2 portocale  
1 măr  
1 caisă  
3 buchetele de broccoli

**Beneficii pentru sănătate**

Sucul Immunblast este bogat în vitaminele C și K. Vitamina C contribuie la buna funcționare a sistemului imunitar. Vitamina K contribuie la menținerea sănătății oaselor.

SK

**Zloženie**

1 hrst jahôd  
2 pomaranč  
1 jablko  
1 marhuľa  
3 kvietky brokolice

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Džús imunobomba má vysoký obsah vitamínu C a vitamínu K. Vitamín C prispieva k normálnej činnosti imunitného systému. Vitamín K prispieva k udržiavaniu zdravých kostí.

CS

**Ingredience**

Hrst jahod  
2 pomeranče  
1 jablko  
1 meruňka  
3 růžičky brokolice

**Přínos pro vaše zdraví**

Štáva pro nakopnutí imunity má vysoký obsah vitamínů C a K. Vitamin C podporuje správné fungování imunitního systému. Vitamin K pomáhá udržovat zdravé kosti.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Pure citrus **UK** Лише цитрусові **PL** Sok  
cytrusowy **KK** таза цитрус **ET** Puhas tsitrus  
**LV** Pure citrus **LT** Tik citrusiniai **SR** Pure  
citrus **HR** Pure citrus **SL** Sami citrusi  
**HU** Tiszta citrus **BG** Чист цитрус **RO** Pure  
citrus **SK** Číry citrus **CS** Citrusové zlato

# Pure citrus

2



grapefruit

2



oranges

4



mandarins

2



lemons or limes

## Health benefit

Pure citrus is high in Vitamin C and contains Folate. Vitamin C and Folate contributes to the normal function of the immune system.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

2 грейпфрута  
2 апельсина  
4 мандарина  
2 лимона или лайма

**Лечебные свойства**

Напиток Pure citrus богат витамином С, а также содержит фолаты. Витамин С и фолаты необходимы для правильной работы иммунной системы.

**UK****Інгредієнти**

2 грейпфрути  
2 апельсини  
4 мандарини  
2 лимони або лайми

**Користь для здоров'я**

Напій "Лише цитрусові" багатий на вітамін С та містить солі фолієвої кислоти. Вітамін С та солі фолієвої кислоти сприяють нормальній роботі імунної системи.

**PL****Składniki**

2 grejpfruty  
2 pomarańcze  
4 mandarynki  
2 cytryny lub limonki

**Korzyści dla zdrowia**

Sok cytrusowy jest bogaty w witaminę C i kwas foliowy, które przyczyniają się do prawidłowego działania systemu odpornościowego.

**КК****Қосылатын заттар**

2 грейпфрут  
2 апельсин  
4 мандарин  
2 лимон немесе лайм

**Денсаулыққа пайдасы**

Таза цитруста С дәрумені көп және фолатты қамтиды. С дәрумені және фолат иммундық жүйенің қалыпты функциясына үлес қосады.

**HR****Sastojci**

2 grejpa  
2 naranče  
4 mandarine  
2 limuna ili limete

**Prednosti za zdravlje**

Pure citrus bogat je vitaminom C i sadrži folnu kiselinu. Vitamin C i folna kiselina reguliraju rad imunološkog sustava.

**SL****Sestavine**

2 grenivki  
2 pomaranči  
4 mandarine  
2 limoni ali limeti

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Sami citrusi vsebuje veliko vitamina C in folno kislino. Vitamin C in folna kislina prispevata k normalnemu delovanju imunskega sistema.

**HU****Hozzávalók**

2 grapefruit  
2 narancs  
4 mandarin  
2 citrom vagy zölcitrom

**Egészségügyi előny**

C-vitaminban gazdag, valamint folsavat is tartalmaz. A C-vitamin és a folsav hozzájárul az immunrendszer megfelelő működéséhez.

**BG****Продукти**

2 грейпфрута  
2 портокала  
4 мандарини  
2 лимона или лайма

**Предимства за здравето**

"Чист цитрус" има високо съдържание на витамин С и съдържа фолат, които допринасят за нормалното функциониране на имунната система.

**RU** Pure citrus **UK** Лише цитрусові **PL** Sok cytrusowy **КК** таза цитрус **ET** Puhas tsitrus  
**LV** Pure citrus **LT** Tik citrusiniai **SR** Pure citrus **HR** Pure citrus **SL** Sami citrusi **HU** Tiszta citrus  
**BG** Чист цитрус **RO** Pure citrus **SK** Číry citrus **CS** Citrusové zlato



**ET****Koostisained**

2 greipi  
2 apelsini  
4 mandariini  
2 sidrunit või laimi

**Kasu tervisele**

"Pure citrus" sisaldab rikkalikult C-vitamiini ning selles on ka foolhapet. C-vitamiin ja foolhape aitavad kaasa immuunsüsteemi normaalsele talitlusele.

**LV****Sastāvdaļas**

2 greipfrūti  
2 apelsīni  
4 mandarīni  
2 citrōni vai laimi

**leguvumi veselībai**

Kokteilī Pure citrus ir augsts C vitamīna saturs, un tas satur folātus. C vitamīns un folāti veicina normālu imūnsistēmas funkciju.

**LT****Sudėtis**

2 greipfrutai  
2 apelsinai  
4 mandarinai  
2 citrinos arba žaliosios citrinos

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Tik citrusiniai“ gausu vitamino C ir folio rūgšties. Vitaminas C ir folio rūgštis užtikrina normalią imuninės sistemos veiklą.

**SR****Sastojci**

2 grejpfrut  
2 pomorandže  
4 mandarine  
2 limuna ili limete

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Pure citrus ima visok sadržaj vitamina C i sadrži folnu kiselinu. Vitamin C i folna kiselina doprinose normalnom funkcionisanju imunog sistema.

**RO****Ingrediente**

2 grepfruturi  
2 portocale  
4 mandarine  
2 lămâi sau lămâi verzi

**Beneficii pentru sănătate**

Pure citrus este bogat în vitamina C și conține acid folic. Vitamina C și acidul folic contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar.

**SK****Zloženie**

2 grapefruit  
2 pomaranče  
4 mandarinky  
2 citróny alebo limety

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Číry citrus má vysoký obsah vitamínu C a obsahuje folát. Vitamín C a folát prispievajú k normálnej činnosti imunitného systému.

**CS****Ingredience**

2 grepy  
2 pomeranče  
4 mandarinky  
2 citróny nebo limetky

**Přínos pro vaše zdraví**

Citrusové zlato má vysoký obsah vitamínu C a obsahuje kyselinu listovou. Vitamín C a kyselina listová přispívají ke správné funkci imunitního systému.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Power shot **UK** Заряд енергії **PL** Zastrzyk energii **KK** Power shot **ET** Lonks jõudu **LV** Power shot  
**LT** Energijos plūpsnis **SR** Power shot **HR** Power shot **SL** Energijski napitek  
**HU** Energiabomba **BG** Прилив на енергия **RO** Power shot **SK** Nádych sily **CS** Životabudič

# Power shot

2 cups



spinach

1



cucumber

1



apple

1 tsp



pure cacao powder

## Topping

chopped walnuts / 1 tsp honey

## Health benefit

Power shot is a source of Vitamin C, Vitamin A and Potassium and high in Vitamin K. Vitamin C and Potassium contribute to a normal functioning of the nervous system. Vitamin K supports the normal blood clotting and Vitamin A plays a role in the maintenance of normal vision.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

100 г шпината  
1 огурец  
1 яблоко  
1 чайная ложка порошка какао  
Украшение: измельченные грецкие орехи / 1 чайная ложка меда

**Лечебные свойства**

Напиток Power shot — источник калия и витаминов С, А, К, Витамин С и калий необходимы для правильной работы нервной системы. Витамин К отвечает за свертываемость крови, а витамин А — за хорошее зрение.

**UK****Інгредієнти**

2 чашки шпинату  
1 огірок  
1 яблуко  
1 чайна ложка какао-порошку без домішок  
Посипка: подрібнені грецькі горіхи / 1 чайна ложка меду

**Користь для здоров'я**

Напій "Заряд енергії" є джерелом вітамінів С, А та калію і багатий на вітамін К. Вітамін С та калій сприяють нормальному функціонуванню нервової системи. Вітамін К сприяє нормальному згортанню крові, а вітамін А – нормальному зору.

**PL****Składniki**

2 szklanki szpinaku  
1 ogórek  
1 jabłko  
1 łyżeczka czystego kakao  
Dodatki: posiekane orzechy włoskie, 1 łyżeczka miodu

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Zastrzyk energii jest źródłem witamin C i A oraz potasu. Jest również bogaty w witaminę K. Witamina C i potas przyczyniają się do prawidłowego działania systemu nerwowego. Witamina K wspomaga prawidłowe krzepnięcie krwi, a witamina A odgrywa ważną rolę w prawidłowym widzeniu.

**KK****Қосылатын заттар**

100 грамм шпинат  
1 қыяр  
1 алма;  
1 ас қасық таза какао ұнтағы  
Үстіңгі қабаттары майдаланған грек жаңғақтары / 1 ас қасық бал

**Денсаулыққа пайдасы**

Power shot — С дәруменінің, А дәруменінің, әрі калийдің көзі және құрамында К дәрумені көп. С дәрумені мен калий жүйке жүйесінің қалыпты функциясына үлес қосады. К дәрумені қалыпты қанның ұйысуын қолдайды және А дәрумені қалыпты көруді сақтауда рөл ойнайды.

**HR****Sastojci**

2 šalice špinata  
1 krastavac  
1 jabuka  
1 čajna žlica čistog kakao praha  
Dodaci: sjeckani orasi / 1 čajna žlica meda

**Prednosti za zdravlje**

Power shot izvor je vitamina C, vitamina A i kalija, a bogat je i vitaminom K. Vitamin C i kalij reguliraju rad nervnog sustava. Vitamin K regulira zgrušavanje krvi, a vitamin A štiti vid.

**SL****Sestavine**

100 g špinata  
1 kumara  
1 jabolko  
1 žlička čistega kakavovega praška  
Dodatki: sesekljeni orehi / 1 žlička medu

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Energijski napitek je vir vitaminov C in A ter kalija in vsebuje veliko vitamina K. Vitamin C in kalij prispevata k normalnemu delovanju živčnega sistema. Vitamin K podpira normalno strjevanje krvi, vitamin A pa pomaga pri ohranjanju zdravega vida.

**HU****Hozzávalók**

10 dkg spenót  
1 uborka  
1 alma  
1 teáskanál cukrozatlan kakaópor  
Díszítés: diódarabok / 1 teáskanál méz

**Egészségügyi előny**

Az energiabomba C- és A-vitamint, valamint káliumot tartalmaz, emellett gazdag K-vitaminban. A C-vitamin és a kálium hozzájárulnak ahhoz, hogy megfelelően működjön az idegrendszer. A K-vitamin elősegíti a normál véralvadást, az A-vitamin szerepet játszik az ép látás megőrzésében.

**BG****Продукти**

2 чаши спанак  
1 краставица  
1 ябълка  
1 супена лъжица чисто какао на прах  
Порьски натрошени орехи / 1 супена лъжица мед

**Предимства за здравето**

"Прилив на енергия" е източник на витамин С, витамин А и калий, както и има високо съдържание на витамин К. Витамин С и калият допринасят за нормалното функциониране на нервната система. Витамин К поддържа нормалното съсирване на кръвта, а витамин А участва в поддържането на нормалното зрение.

**RU** Power shot **UK** Заряд енергії **PL** Zastrzyk energii **KK** Power shot **ET** Lonks jõudu **LV** Power shot **LT** Energijos pliūpsnis **SR** Power shot **HR** Power shot **SL** Energijski napitek **HU** Energiabomba **BG** Прилив на енергия **RO** Power shot **SK** Nádych sily **CS** Životabudič

ET

**Koostisained**

100 g spinatit  
1 kurk  
1 õun  
1 tl puhast kakaopulbrit  
Kate hakitud kreeka pähklid / 1 tl mett

**Kasu tervisele**

"Power shot" sisaldab C- ja A-vitamiini ning kaaliumit, samuti rikkalikult K-vitamiini. C-vitamiin ja kaalium aitavad kaasa närvisüsteemi normaalsele talitlusele.

K-vitamiin toetab vere normaalset hüübimist ning A-vitamiin aitab säilitada normaalset nägemist.

RO

**Ingrediente**

100 g de spanac  
1 castravete  
1 măr  
1 linguriță de cacao pudră crudă  
Topping nuci pisate/1 linguriță de miere

**Beneficii pentru sănătate**

Power shot este sursă de vitamina C, vitamina A și potasiu și este bogat în vitamina K. Vitamina C și potasiul contribuie la funcționarea normală a sistemului nervos. Vitamina K ajută la coagularea normală a sângelui, iar vitamina A ajută la menținerea sănătății vederii.

LV

**Sastāvdaļas**

100 g spinātu  
1 gurķis  
1 ābols  
1 tējkarote tīra kakao pulvera  
Garnējums sasmalcināti valrieksti/1 tējkarote medus

**leguvumi veselībai**

Kokteilis Power shot ir C vitamīna, A vitamīna un kālija avots, kā arī tajā ir augsts K vitamīna saturs. C vitamīns un kālijs veicina normālu nervu sistēmas funkciju. K vitamīns veicina normālu asinsreci, un A vitamīns palīdz saglabāt normālu redzi.

LT

**Sudėtis**

100 g špinatų  
1 agurkas  
1 obuolys  
1 arbat. š. kakavos miltelių  
Papuošimui smulkinti graikiniai riešutai / 1 arbat. š. medaus

**Nauda sveikatai**

Kokteilis „Energijos pliūpsnis“ yra vitaminų C ir A šaltinis, jame yra kalio ir vitamino K. Vitamins C ir kalis užtikrina normalią nervų sistemos veiklą. Vitamins K padeda užtikrinti normalų kraujo krešėjimą, o vitaminas A padeda palaikyti normalų regėjimą.

SR

**Sastojci**

100 g spanaća  
1 krastavac  
1 jabuka  
1 kašičica čistog kakaoa  
Za posipanje seckani orasi/1 kašičica meda

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Power shot predstavlja izvor vitamina C, vitamin A i kalijuma, a ima i visok sadržaj vitamina K. Vitamin C i kalijum doprinose normalnom funkcionisanju nervnog sistema. Vitamin K podržava normalno zgrušavanje krvi, a vitamin A igra ulogu u održavanju normalnog funkcionisanja vida.

SK

**Zloženie**

100 gramov špenátu  
1 uhorka  
1 jablko  
1 polievková lyžica kakaového prášku  
Posýpka nasekané vlašské orechy/1 polievková lyžica medu

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Nádych sily je zdrojom vitamínu C, vitamínu A, draslíka a má vysoký obsah vitamínu K. Vitamín C a draslík prispievajú k normálnej činnosti imunitného systému. Vitamín K je dôležitý pre náležité zrážanie krvi a vitamín A prispieva k normálnej činnosti zraku.

CS

**Ingredience**

100 g špenátu  
1 okurka  
1 jablko  
1 čajová lžička čistého kakaového prášku  
Nasekané vlašské ořechy a 1 čajová lžička medu na posypání

**Přínos pro vaše zdraví**

Životabudič je zdrojem vitamínů C, A a draslíku a má vysoký obsah vitamínu K. Vitamín C a draslík přispívají ke správnému fungování nervového systému. Vitamín K podporuje dobrou srážlivost krve a vitamín A přispívá správné funkci zraku.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU Yellow thunder UK Жовта гроза PL Yellow thunder KK Yellow thunder ET Kollane kõu  
LV Yellow thunder LT Geltonasis grausmas SR Yellow thunder HR Yellow thunder  
SL Rumeni blisk HU Sárga mennydörgés BG Жълт гръм RO Yellow thunder SK Žltý hrom  
CS Žlutý hrom

# Yellow thunder

2



apples

3



oranges

## Health benefit

Yellow thunder is high in Vitamin C. Vitamin C plays a role in in the normal collagen formation for the normal function of skin.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

2 яблока  
3 апельсина

**Лечебные свойства**

Напиток Yellow thunder богат витамином С. Витамин С отвечает за выработку коллагена, необходимого для красоты и здоровья кожи.

**UK****Інгредієнти**

2 яблука  
3 апельсини

**Користь для здоров'я**

Напій "Жовта гроза" багатий на вітамін С. Вітамін С відіграє важливу роль у нормальному формуванні колагену для нормального функціонування шкіри.

**PL****Składniki**

2 jabłka  
3 pomarańcze

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Yellow thunder jest bogaty w witaminę C, która przyczynia się do prawidłowego tworzenia kolagenu niezbędnego do normalnego funkcjonowania skóry.

**КК****Қосылатын заттар**

2 алма  
3 апельсин

**Денсаулыққа пайдасы**

Yellow thunder құрамында С дәрумені көп. С дәрумені терінің қалыпты функциясы үшін коллагеннің қалыпты құрылуында рөл ойнайды.

**HR****Sastojci**

2 jabuke  
3 naranče

**Prednosti za zdravlje**

Yellow thunder bogat je vitaminom C. Vitamin C regulira stvaranje kolagena koji je zadužen za zdravlje kože.

**SL****Sestavine**

2 jabolki  
3 pomaranče

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Rumeni blisk vsebuje veliko vitamina C. Vitamin C prispeva k normalnemu tvorjenju kolagena za normalno delovanje kože.

**HU****Hozzávalók**

2 alma  
3 narancs

**Egészségügyi előny**

A sárga mennydörgés sok C-vitamint tartalmaz, mely hozzájárul a bőr megfelelő működéséhez szükséges kollagén képződéséhez.

**BG****Продукти**

2 ябълки  
3 портокала

**Предимства за здравето**

"Жълт гръм" има високо съдържание на витамин С, който участва в нормалното формиране на колаген за правилното функциониране на кожата.

**RU** Yellow thunder **UK** Жовта гроза **PL** Yellow thunder **КК** Yellow thunder **ET** Kollane kõu  
**LV** Yellow thunder **LT** Geltonasis griausmas **SR** Yellow thunder **HR** Yellow thunder  
**SL** Rumeni blisk **HU** Sárga mennydörgés **BG** Жълт гръм **RO** Yellow thunder **SK** Žltý hrom  
**CS** Žlutý hrom



**ET****Koostisained**

2 õuna  
3 apelsini

**Kasu tervisele**

"Yellow thunder" sisaldab rikkalikult C-vitamiini. C-vitamiin on oluline kollageeni loomupärase tekkimise jaoks organismis, mis omakorda on vajalik naha normaalse talitluse jaoks.

**LV****Sastāvdaļas**

2 āboli  
3 apelsīni

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilī Yellow thunder ir augsts C vitamīna saturs. C vitamīns veicina kolagēna veidošanos normālai ādas funkcijai.

**LT****Sudėtis**

2 obuoliai  
3 apelsinai

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Geltonasis griausmas“ gausu vitamino C. Vitaminas C padeda susidaryti kolagenui, kad oda būtų graži.

**SR****Sastojci**

2 jabuke  
3 pomorandže

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Yellow thunder ima visok sadržaj vitamina C. Vitamin C igra ulogu u normalnom formiranju kolagena za normalno funkcionisanje kože.

**RO****Ingrediente**

2 mere  
3 portocale

**Beneficii pentru sănătate**

Yellow thunder este bogat în vitamina C. Vitamina C ajută la formarea normală a colagenului pentru menținerea sănătății pielii.

**SK****Zloženie**

2 jablká  
3 pomaranče

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Žltý hrom má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C zohráva úlohu pri normálnej tvorbe kolagénu v záujme udržiavania náležitej funkcie pokožky.

**CS****Ingredience**

2 jablka  
3 pomeranče

**Přínos pro vaše zdraví**

Žlutý hrom má vysoký obsah vitamínu C. Vitamin C hraje důležitou úlohu při správné tvorbě kolagenu nezbytného pro dobrou činnost kůže.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU Томатный суп с базиликом UK Помідоровий суп із базиликом PL Zupa pomidorowa z bazylią  
KK Қызанақ насыбайгүл сорпасы ET Tomati-basiiliku supp" LV Tomātu-bazilika zupa  
LT Pomidorų sriuba su baziliku SR Supa od paradajza sa bosiljkom HR Juha od rajčice s  
bosiljkom SL Juha s paradižnikom in baziliko HU Bazsalikomos paradicsomleves BG Cyna  
от домати и босилек RO Supă de roșii cu busuioc SK Paradajkovo-bazalková polievka  
CS Rajčatovo-bazalková polévka

# Tomato basil soup

6



tomatoes

some



fresh basil leaves

1



bell pepper

3/4 cup



unsweetened coconut milk

salt and pepper to taste

## Directions

- 1 Juice tomatoes, basil and bell pepper.
- 2 Combine the coconut milk and juice in a small sauce pan and heat through.
- 3 Season with salt and pepper.

## Health benefit

Tomato basil soup is a source of Vitamin C. Vitamin C supports the normal function of the nervous system.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

6 томатов  
 Несколько свежих листьев базилика  
 1 болгарский перец  
 3/4 чашки несладкого кокосового  
 молока  
 Соль и перец по вкусу

**Способ приготовления**

- 1 Выжмите сок из томатов, базилика и болгарского перца.
- 2 Смешайте сок и кокосовое молоко в небольшом сотейнике и нагрейте на плите.
- 3 Приправьте солью и перцем.

**Лечебные свойства**

богат витамином С. Витамин С является питательным веществом, помогает нормальной функции нервной системы.

**HR****Sastojci**

6 rajčica  
 Malo svježih listića bosiljka  
 1 paprika babura  
 3/4 šalice nezaslađenog  
 kokosovog mlijeka  
 Sol i papar po ukusu

**Upute**

- 1 Promiješajte rajčice, bosiljak i papriku baburu.
- 2 Pomiješajte kokosovo mlijeko i sok u maloj posudi za umak i zagrijte ih.
- 3 Začinite solju i paprom.

**Prednosti za zdravlje**

Ital sok C-vitamint tartalmaz, mely elősegíti az idegrendszer megfelelő működését.

**UK****Інгредієнти**

6 помідорів  
 кілька листків свіжого базилику  
 1 болгарський перець  
 3/4 чашки невідсолоджененого  
 кокосового молока  
 сіль і перець до смаку

**Спосіб приготування**

- 1 Вичавіть сік із помідорів, базилику та болгарського перцю.
- 2 Змішайте кокосове молоко і сік у невеликому ковші та підігрійте.
- 3 Посоліть і поперчіть.

**Користь для здоров'я**

багатий вітаміном С. Вітамін С є живильною речовиною, допомагає нормальній функції нервової системи.

**SL****Sestavine**

6 paradižnikov  
 Nekaj listov sveže bazilike  
 1 paprika  
 3/4 skodelice nesladkanega  
 kokosovega mleka  
 Sol in poper po okusu

**Navodila**

- 1 Iztisnite sok iz paradižnikov, bazilike in paprike.
- 2 Kokosovo mleko in sok nalijte v majhno ponev in segrejte.
- 3 Začinite s soljo in poprom.

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Je bogat z vitaminom C Vitamin C je hranilo, ki pomaga normalno delovanje živčnega sistema.

**PL****Składniki**

6 pomidorów  
 Kilka świeżych listków bazylii  
 1 papryka  
 3/4 szklanki niesłodzonego  
 mleczka kokosowego  
 Sól i pieprz do smaku

**Wskazówki**

- 1 Wyciśnij sok z pomidorów, bazylii i papryki.
- 2 Wlej mleczko kokosowe i sok do małego garnka, a następnie podgrzej.
- 3 Przypraw solą i pieprzem.

**Korzyści dla zdrowia**

Jest bogaty w witaminę C. Witamina C jest składnikiem odżywczym, który umożliwia normalną funkcję w układzie nerwowym.

**HU****Hozzávalók**

6 paradicsom  
 Pár friss bazsalikomlevél  
 1 kaliforniai paprika  
 0,375 dl kókusztejt (nem édesített)  
 Só és bors ízlés szerint

**Elkészítés**

- 1 Préselje le a paradicsomot, a bazsalikomot és a kaliforniai paprikát.
- 2 Keverje össze a kókusztejet és a zöldséglét egy kisebb lábasba, majd melegítse meg.
- 3 Ízesítse sóval és borssal.

**Égészségügyi előny**

Ital sok C-vitamint tartalmaz, mely elősegíti az idegrendszer megfelelő működését.

**KK****Қосылатын заттар**

6 қызанақ  
 Біраз балғын насыбайгүл жапырақтары  
 1 болгар бұрышы  
 3/4 шыныаяқ тәтті етілмеген кокос сүті  
 Талғамыңызға қарай тұз және бұрыш

**Нұсқаулар**

- 1 Қызанақтардың, насыбайгүлдің және болгар бұрышының шырынын сығыңыз.
- 2 Кокос сүті мен шырынды шағын кәстрөлде біріктіріп, қыздырыңыз.
- 3 Тұз бен бұрыш қосыңыз.

**Денсаулыққа пайдасы**

Сорпасы шырыны — С дәруменінің көзі. С дәрумені жүйеке жүйесінің қалыпты жұмыс істеуін қолдайды.

**BG****Продукти**

6 домата  
 Свежи листа босилек  
 1 камба  
 3/4 чаша неподсладено кокосово мляко  
 Сол и пипер на вкус

**Приготвяне**

- 1 Пригответе сок от доматите, босилека и камбата.
- 2 Смесете кокосовото мляко и сока в малка тенджеря и загрейте.
- 3 Подправете със сол и пипер.

**Предимства за здравето**

Е източник на витамин С, който поддържа нормалното функциониране на нервната система.

**RU** Томатный суп с базиликом **UK** Помідоровий суп із базиликом **PL** Zupa pomidorowa z bazylią  
**KK** Қызанақ насыбайгүл сорпасы **ET** Tomati-basiiliku supp" **LV** Tomātu-bazilika zupa  
**LT** Pomidorų sriuba su baziliku **SR** Supa od paradajza sa bosiljkom **HR** Juha od rajčice s bosiljkom **SL** Juha s paradižnikom in baziliko **HU** Bazsalikomos paradicsomleves **BG** Супа от домати и босилек **RO** Supă de roșii cu busuioc **SK** Paradajkovo-bazalková polievka  
**CS** Rajčatovo-bazalková polévka

ET

**Koostisained**

6 tomatit  
Mõned värsked basiilikulehed  
1 paprika  
3/4 tassi magustamata  
kookospiima  
Maitsestamiseks soola ja pipart

**Valmistamisõpetus**

- 1 Pressige tomatid, basiilik ja paprika mahlaks.
- 2 Pange väiksesse kastrulisse kookospiim ja mahl ning kuumutage läbi.
- 3 Maitsestage soola ja pipraga.

**Kasu tervisele**

Sisaldab C-vitamiini. C-vitamiin toetab närvisüsteemi normaalsel talitlust.

RO

**Ingrediente**

6 roși  
Câteva frunze de busuioc proaspăt  
1 ardei gras  
3 pătrimi de cană de lapte de cocos neîndulcit  
Sare și piper după gust

**Indicații**

- 1 Se storc roșiile, busuiocul și ardeiul.
- 2 Se amestecă laptele de cocos și sucul într-o cratiță mică și se încălzesc.
- 3 Se condimentează cu sare și piper.

**4Beneficii pentru sănătate**

Este bogat în vitamina C. Vitamina C este un nutrient care ajută funcționarea normală a sistemului nervos.

LV

**Sastāvdaļas**

6 tomāti  
Dažas svaigas bazilika lapas  
1 paprika  
3/4 krūzes nesaldināta kokosriekstu piena  
Sāls un pipari pēc garšas

**Pagatavošana**

- 1 Izspiediet sulu no tomātiem, bazilika un paprikas.
- 2 Salejiet kopā kokosriekstu pienu un sulu nelielā pannā un uzkarsējiet.
- 3 Garnējiet ar sāli un pipariem.

**Ieguvumi veselībai**

Ir bagāta ar C vitamīna C vitamīns ir uzturviela, kas palīdz normālu funkciju nervu sistēmā.

LT

**Sudėtis**

6 pomidorai  
Keli švieži baziliko lapeliai  
1 saldžioji paprika  
3/4 puodelio nesaldinto kokosų pieno  
Druskos ir pipirų pagal skonį

**Gaminimas**

- 1 Išspauskite pomidorų, baziliko ir saldžiosios paprikos sultis.
- 2 Supilkite sultis ir kokosų pieną į nedidelį indą ir pakaitinkite.
- 3 Pagardinkite druska ir pipirais.

**Nauda sveikatai**

Yra daug vitamino C, vitamino C yra maistinė medžiaga, kuri padeda normaliai funkcionuoti nervų sistemai.

SR

**Sastojci**

6 paradajza  
Malo svežih listova bosiljka  
1 paprika babura  
3/4 šolje nezasladenog kokosovog mleka  
So i biber po ukusu

**Uputstvo**

- 1 Napravite sok od paradajza, bosiljka i paprike babure.
- 2 Pomešajte kokosovo mleko sa sokom u malom tiganju i zagrejte.
- 3 Začinite solju i biberom.

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Ima visok sadržaj vitamina C. Vitamin C doprinosi normalnom funkcionisanju nervnog sistema.

SK

**Zloženie**

6 rajčín  
Někoľko čerstvých lístkov bazalky  
1 kapia  
3/4 hrnčeka nesladeného kokosového mlieka  
Soľ a čierne korenie na dochutenie

**Príprava**

- 1 Odšťavte rajčiny, bazalku a kapiu.
- 2 Zmiešajte kokosové mlieko a šťavu v malom hrnci a zohrejte.
- 3 Dochutte soľou a korením.

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Je bohatá na vitamín C. Vitamín C je živinu, ktorá pomáha normálnu funkciu nervového systému.

CS

**Ingredience**

6 rajčat  
Několik čerstvých lístků bazalky  
1 kapie  
3/4 šálku neslazeného kokosového mléka  
Sůl a pepř k dochucení

**Postup**

- 1 Vymačkejte šťavu z rajčat, bazalky a kapie.
- 2 Získanou šťavu smíchejte s kokosovým mlékem a ohřejte je na malé pánvičce.
- 3 Osolte a opepřete.

**Přínos pro vaše zdraví**

Šťava je zdrojem vitamínu C. Vitamín C podporuje správné fungování nervového systému.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU Heart rocker UK Рокер для сердца PL Heart rocker KK Heart rocker ET Südame rokk  
LV Heart rocker LT Širdies varikliukas SR Heart rocker HR Heart rocker SL Srčna spodbuda  
HU Szívtipró BG За сърцето RO Heart rocker SK Lámač sídc CS Srdcová záležitost

# Heart rocker

½



lemon

1



red apple

1 handful



strawberries

## Health benefit

Heart rocker is high in Vitamin C. Vitamin C supports the normal energy yielding metabolism.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

½ лимона  
1 красное яблоко  
1 горсть клубники

**Лечебные свойства**

Напиток Heart rocker богат витамином С. Витамин С регулирует механизм выработки энергии.

**UK****Інгредієнти**

½ лимона  
1 червоне яблуко  
1 пригорща полуниця

**Користь для здоров'я**

Напій "Рокер для серця" багатий на вітамін С. Вітамін С сприяє нормальному метаболізму, що наповнює енергією.

**PL****Składniki**

½ cytryny  
1 czerwone jabłko  
1 garść truskawek

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Heart rocker jest źródłem witaminy C, która wspiera normalne działanie metabolizmu zwiększającego energię.

**KK****Қосылатын заттар**

½ лимон  
1 қызыл алма  
1 уыс құлпынай

**Денсаулыққа пайдасы**

Heart rocker құрамында С дәрумені көп. С дәрумені қалыпты қуат беру метаболізмін қолдайды.

**HR****Sastojci**

½ limuna  
1 crvena jabuka  
1 šaka jagoda

**Prednosti za zdravlje**

Heart rocker bogat je vitaminom C. Vitamin C regulira razinu energije u tijelu.

**SL****Sestavine**

½ limone  
1 rdeče jabolko  
1 pest jagod

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Srčna spodbuda vsebuje veliko vitamina C. Vitamin C podpira normalno energijsko presnovo.

**HU****Hozzávalók**

½ citrom  
1 piros alma  
1 maroknyi eper

**Egészségügyi előny**

A szívtipró sok C-vitamint tartalmaz, mely hozzájárul a megfelelő energizáló anyagcseréhez.

**BG****Продукти**

½ лимон  
1 червена ябълка  
1 шепа ягоди

**Предимства за здравето**

"За сърцето" има високо съдържание на витамин С, който поддържа нормалния метаболизъм, даващ енергия.

**RU** Heart rocker **UK** Рокер для серця **PL** Heart rocker **KK** Heart rocker **ET** Sūdame rokk  
**LV** Heart rocker **LT** Širdies varikliukas **SR** Heart rocker **HR** Heart rocker **SL** Srčna spodbuda  
**HU** Szívtipró **BG** За сърцето **RO** Heart rocker **SK** Lámač sídc **CS** Srdcová záležitost



**ET****Koostisained**

½ sidrunit  
1 punane õun  
1 peotäis maasikaid

**Kasu tervisele**

"Heart rocker" sisaldab rikkalikult C-vitamiini. C-vitamiin toetab organismile loomupärast energia-ainevahetust.

**LV****Sastāvdaļas**

½ citrona  
1 sarkans ābols  
1 sauja zemeņu

**leguvumi veselībai**

Kokteilī Heart rocker ir augsts C vitamīna saturs. C vitamīns veicina normālu vielmaiņu, kas sniedz enerģiju.

**LT****Sudėtis**

½ citrinos  
1 raudonas obuolys  
1 sauja braškių

**Nauda sveikatai**

Kokteilyje „Širdies varikliukas“ gausu vitamino C. Vitaminas C palaiko normalią energijos teikiančią medžiagų apykaitą.

**SR****Sastojci**

½ limuna  
1 crvena jabuka  
1 šaka jagoda

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Heart rocker ima visok sadržaj vitamina C. Vitamin C doprinosi normalnom metabolizmu koji proizvodi energiju.

**RO****Ingrediente**

½ lămâie  
1 măr roșu  
1 mână de căpșune

**Beneficii pentru sănătate**

Heart rocker este bogat în vitamina C. Vitamina C stimulează metabolismul producției de energie.

**SK****Zloženie**

½ citrón  
1 červené jablko  
1 hrst' jahód

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Lámač srdc má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C prispieva k zachovávaniu normálneho a energického metabolizmu.

**CS****Ingredience**

½ citrónu  
1 červené jablko  
Hrst jahod

**Přínos pro vaše zdraví**

Srdcová záležitost má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C podporuje správnou metabolickou produkci energie.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Sunny peach **UK** Сонячний персик **PL** Słoneczna brzoskwinia **KK** Sunny peach **ET** Päikseline  
virsik **LV** Sunny peach **LT** Saulėtas persikas **SR** Sunny peach **HR** Sunny peach **SL** Sončna  
breskev **HU** Nap érelte barack **BG** Слънчева праскова **RO** Sunny peach **SK** Slnčná broskyňa  
**CS** Sluncem zalitá broskev

# Sunny peach

2



peaches

2



nectarines

1/2



pineapple

## Health benefit

Sunny peach is a source of Vitamin C. Vitamin C plays a role in the reduction of tiredness and fatigue.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

2 персика  
2 нектарина  
½ ананаса

**Лечебные свойства**

Напиток Sunny peach — это источник витамина С. Витамин С помогает бороться с усталостью и слабостью.

**UK****Інгредієнти**

2 персики  
2 нектарини  
½ ананаса

**Користь для здоров'я**

Напій "Сонячний персик" — це джерело вітаміну С. Вітамін С зменшує втому.

**PL****Składniki**

2 brzoskwinie  
2 nektarynki  
½ ananasa

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Słoneczna brzoskwinia jest źródłem witaminy C, która odgrywa rolę w eliminowaniu zmęczenia.

**KK****Қосылатын заттар**

2 шабдалы  
2 тегіс шабдалы  
½ ананас

**Денсаулыққа пайдасы**

Sunny peach — С дәруменінің көзі. С дәрумені шаршау мен шалдығуды азайтуда рөл ойнайды.

**HR****Sastojci**

2 breskve  
2 nektarine  
½ ananasa

**Prednosti za zdravlje**

Sunny peach izvor je vitamina C. Vitamin C smanjuje osjećaj umora.

**SL****Sestavine**

2 breskvi  
2 nektarini  
½ ananasa

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Sončna breskev je vir vitamina C. Vitamin C pomaga odpravljati učinke utrujenosti in izčrpanosti.

**HU****Hozzávalók**

2 őszibarack  
2 nektarin  
½ ananász

**Egészségügyi előny**

A nap érlelte barack gazdag C-vitaminban, mely szerepet játszik a fáradtság és a kimerültség csökkentésében.

**BG****Продукти**

2 праскови  
2 голи праскови  
½ ананас

**Предимства за здравето**

"Слънчева праскова" е източник на витамин С, който участва в намаляването на умората.

**RU** Sunny peach **UK** Сонячний персик **PL** Słoneczna brzoskwinia **KK** Sunny peach **ET** Päikseline virsik **LV** Sunny peach **LT** Saulėtas persikas **SR** Sunny peach **HR** Sunny peach **SL** Sončna breskev **HU** Nap érlelte barack **BG** Слънчева праскова **RO** Sunny peach **SK** Slnčná broskyňa **CS** Sluncem zalitá broskev

**ET****Koostisained**

2 virsikut  
2 nektariini  
½ ananassi

**Kasu tervisele**

"Sunny peach" sisaldab C-vitamiini. C-vitamiin aitab vähendada väsimust ja kurnatust.

**LV****Sastāvdaļas**

2 persiki  
2 nektariņi  
½ ananasa

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilis Sunny peach ir C vitamīna avots. C vitamīnam ir nozīmīga loma noguruma samazināšanā.

**LT****Sudėtis**

2 breskve  
2 nektarine  
½ ananasa

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Sunny peach je izvor vitamina C. Vitamin C igra ulogu u smanjivanju umora i malaksalosti.

**SR****Sastojci**

2 breskve  
2 nektarine  
½ ananasa

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Sunny peach je izvor vitamina C. Vitamin C igra ulogu u smanjivanju umora i malaksalosti.

**RO****Ingrediente**

2 piersici  
2 nectarine  
½ ananas

**Beneficii pentru sănătate**

Sunny peach este sursă de vitamina C. Vitamina C contribuie la reducerea oboselii și extenuării.

**SK****Zloženie**

2 broskyne  
2 nektárinky  
½ ananásu

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Slnecná broskyňa je zdrojom vitamínu C. Vitamín C prispieva k zmierneniu pocitov únavy a vyčerpania.

**CS****Ingredience**

2 broskve  
2 nektárinky  
½ ananasu

**Přínos pro vaše zdraví**

Sluncem zalitá broskev je zdrojem vitamínu C. Vitamín C snižuje únavu a vyčerpání.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Замороженный йогурт **UK** Заморожений йогурт **PL** Mrożony jogurt **KK** Қатырылған йогурт **ET** Külmutatud jogurt **LV** Saldēts jogurts **LT** Saldēts jogurts **SR** Smrznuti jogurt **HR** Smrznuti jogurt **SL** Zamrznjen jogurt **HU** Fagyos joghurt **BG** Замразен йогурт **RO** Iaurt înghetăţ **SK** Mrazený jogurt **CS** Jogurtová zmrzlina

# Frozen yoghurt

500 g



papaya / banana

200 ml



plain yoghurt

3 tbsp



condensed milk

## Directions

- 1 Cut the fruits into pieces and run through the juicer.
- 2 Mix the juice with the yoghurt and condensed milk.
- 3 Pour mixture into a shallow metal dish, cover and freeze.
- 4 Overall, the ice should be 2.5-3 hours in the freezer, during which you should stir every 15-20 minutes.
- 5 After 3 hours eat the Frozen yoghurt, otherwise it would be too hard.

## Health benefit

Frozen yoghurt is a source of magnesium which helps in the normal function of the muscles.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

500 г папайи/бананов  
200 мл йогурта без добавок  
3 столовые ложки гущенного молока

**Способ приготовления**

- 1 Нарежьте фрукты на кусочки и выжмите из них сок в соковыжималке.
- 2 Смешайте сок с йогуртом и гущеным молоком.
- 3 Влейте смесь в неглубокую металлическую емкость, накройте и поставьте в морозильную камеру.
- 4 Десерт должен находиться в морозильной камере 2,5—3 часа, каждые 15—20 минут его необходимо помешивать.
- 5 Через 3 часа замороженный йогурт будет готов к употреблению. Извлеките его из морозильной камеры, в противном случае он станет слишком твердым.

**UK****Інгредієнти**

500 г папайї/банана  
200 мл звичайного йогурту  
3 стол. ложки згущеного молока

**Спосіб приготування**

- 1 Поріжте фрукти на шматки та вичавіть із них сік за допомогою соковижималки.
- 2 Перемішайте сік з йогуртом та згущеним молоком.
- 3 Налийте суміш у мілку металеву посудину, накрийте та заморозьте.
- 4 Загалом лід повинен стояти в морозилці 2,5–3 години, протягом яких страву потрібно перемішувати кожні 15–20 хвилин.
- 5 Через 3 години заморожений йогурт потрібно їсти. В іншому випадку він буде надто твердий.

**PL****Składniki**

500 g papai/bananów  
200 ml zwykłego jogurtu  
3 łyżki skondensowanego mleka

**Wskazówki**

- 1 Potnij owoce na kawałki i przepuść je przez sokowirówkę.
- 2 Wymieszaj sok z jogurtem i skondensowanym mlekiem.
- 3 Wlej mieszankę do płytkiego, metalowego naczynia, przykryj i zamroź.
- 4 Lody powinny znajdować się w zamrażalniku przez 2,5–3 godziny. Co 15–20 minut należy je mieszać.
- 5 Zjedz mrożony jogurt po 3 godzinach, w przeciwnym razie będzie zbyt twardy.

**KK****Қосылатын заттар**

500 г папайя/банан  
200 мл кәдімгі йогурт  
3 ас қасық қойылтылған сүт

**Нұсқаулар**

- 1 Жемістерді бөліктерге кесіп, шырын сыққыштан өткізіңіз.
- 2 Шырынды йогуртпен және қойылтылған сүтпен араластырыңыз.
- 3 Қоспаны терең емес металл табакқа құйып, жауып, қатырыңыз.
- 4 Жалпы, мұз мұздатқышта 2,5-3 сағат болуы керек, бұл кезде 15-20 минут сайын араластыру керек.
- 5 3 сағаттан кейін қатырылған йогуртты жеңіз, әйтпесе, ол тым қатты болады.

**HR****Sastojci**

500 g papaje/banane  
200 ml običnog jogurta  
3 jušne žlice kondenziranog mlijeka

**Upute**

- 1 Narežite voće na komade i obradite u sokovniku.
- 2 Sok pomiješajte s jogurtom i kondenziranim mlijekom.
- 3 Mješavinu ulijte u plitku metalnu pliticu, pokrijte i zamrznite.
- 4 Smjesu bi u zamrzivaču trebali ostaviti 2,5–3 sata, a tijekom tog vremena trebali biste je promiješati svakih 15–20 minuta.
- 5 Nakon 3 sata pojedite smrznuti jogurt; ako ga ostavite duže, previše će se stvrdnuti.

**SL****Sestavine**

500 g papaje/banane  
200 ml navadnega jogurta  
3 žličke kondenziranega mleka

**Navodila**

- 1 Sadje narežite na koščke in obdelajte s sokovnikom.
- 2 Sok primešajte jogurtu in kondenziranemu mleku.
- 3 Mešanico nalijte v plitvo kovinsko posodo, pokrijte in zamrznite.
- 4 Zamrznjen jogurt v zamrzovalniku pustite 2,5–3 ure in ga premešajte vsakih 15–20 minut.
- 5 Zamrznjen jogurt pojedite čez 3 ure, sicer bo preveč trd.

**HU****Hozzávalók**

500 g papája / banán  
200 ml natúr joghurt  
3 evőkanál sűrített tej

**Elkészítés**

- 1 Darabolja fel, majd préselje le a gyümölcsöket.
- 2 Keverje össze a joghurttal és a sűrített tejjel.
- 3 Öntse a keveréket egy alacsony karimájú fémedénybe, fedje le, és rakja be a fagyasztóba.
- 4 Körülbelül 2,5–3 órán keresztül tartsa a fagyasztóban, és 15–20 percenként kavargassa meg.
- 5 3 óra elteltével fogyassza el a megfagyott joghurtot, különben túlságosan megkeményedik.

**BG****Продукти**

500 г папая/банан  
200 мл обикновено кисело мляко  
3 супени лъжици кондензирано мляко

**Приготвяне**

- 1 Нарежете плодовете на парчета и ги прекарайте през сокоизстисквачката.
- 2 Смесете сока с киселото мляко и кондензираното мляко.
- 3 Излейте сместа в плитък метален съд, покрийте и замразете.
- 4 Сместа трябва да се държи в хладилник общо 2,5 – 3 часа, през които трябва да разбърквате през 15 – 20 минути.
- 5 След 3 часа сервирайте замразения йогурт, иначе ще стане прекалено твърд.

**RU** Замороженный йогурт **UK** Заморожений йогурт **PL** Mrożony jogurt **KK** Қатырылған йогурт  
**ET** Külmutatud jogurt **LV** Saldēts jogurts **LT** Saldēts jogurts **SR** Smrznuti jogurt **HR** Smrznuti jogurt  
**SL** Zamrznjen jogurt **HU** Fagyos joghurt **BG** Замразен йогурт **RO** Iaurt înghețat  
**SK** Mrazený jogurt **CS** Jogurtová zmrzlina



**ET****Koostisained**

500 g papaiat / banaani  
200 ml maitsestatmata jogurtit  
3 spl kondenspiima

**Valmistamisõpetus**

- 1 Lõigake puuviljad tükkideks ja laske läbi mahlapressi.
- 2 Segage mahl jogurti ja kondenspiimaga.
- 3 Valage segu madalasse metallnõusse, katke kaanega ja pange seejärel sügavkülmikusse.
- 4 Jogurt peaks külмикus olema kokku 2,5-3 tundi ning selle aja jooksul tuleks seda iga 15-20 minuti järel segada.
- 5 Sööge külmutatud jogurt 3 tunni pärast ära, muidu läheb see liiga kõvaks.

**RO****Ingrediente**

500 g papaya/banane  
200 ml iaurt simplu  
3 lingurițe de lapte condensat

**Indicații**

- 1 Se taie fructele bucățele și se trec prin storcător.
- 1 Se amestecă sucul cu iaurtul și cu laptele condensat.
- 1 Se toarnă amestecul într-un vas metalic puțin adânc, se acoperă și se pune la congelator.
- 1 Per total, preparatul trebuie lăsat la înghețat pentru 2,5-3 ore, timp în care se amestecă la interval de 15-20 de minute.
- 1 Se consumă după 3 ore; dacă se depășește acest timp, se poate întări prea mult.

**LV****Sastāvdaļas**

500 g papaijas/banānu  
200 ml jogurta bez piedevām  
3 ēdamkarotes kondensētā piena

**Pagatavošana**

- 1 Sagrieziet augļus gabalos un izspiediet no tiem sulu.
- 2 Sajauciet sulu ar jogurtu un kondensēto pienu.
- 3 Ielejiet maisījumu zemā metāla šķīvī, pārklājiet un sasaldējiet.
- 4 Turiet jogurtu saldētavā 2,5-3 stundas, samaisiet ik pēc 15-20 minūtēm.
- 5 Pēc 3 stundām varat sākt ēst saldēto jogurtu, citādi tas paliks pārāk ciets.

**LT****Sudėtis**

500 g papajos / bananų  
200 ml paprasto jogurto  
3 valg. š. kondensuoto pieno

**Gaminimas**

- 1 Supjaustykite vaisius gabaliukais ir išspauskite sultis.
- 2 Sumaišykite sultis su jogurtu ir sutirštintu pienu.
- 3 Supilkite mišinį į negilų metalinį indą, uždenkite ir užšaldykite.
- 4 Mišinys turi būti šaldiklyje 2,5-3 val. ir jis turi būti maišomas kas 15-20 minčių.
- 5 Šaldytą jogurtą valgykite po 3 valandų, kitaip jis pasidarys per tirštas.

**SR****Sastojci**

500 g papaje/banana  
200 ml običnog jogurta  
3 kašike kondenzovanog mleka

**Uputstvo**

- 1 Isecite voće na komade i obradite ga u sokovniku.
- 2 Pomešajte sok sa jogurtom i kondenzovanim mlekom.
- 3 Sipajte smesu u plitku metalnu posudu, pokrijte i stavite u zamrzivač.
- 4 Ukupno, smesa bi trebalo da bude u zamrzivaču 2,5-3 sata, uz mešanje na svakih 15-20 minuta.
- 5 Nakon 3 sata pojedite smrznuti jogurt, pošto će se u suprotnom previše stegnuti.

**SK****Zloženie**

500 g papáje/banánov  
200 ml bieleho jogurtu  
3 polievkové lyžice kondenzovaného mlieka

**Príprava**

- 1 Ovocie nakrájajte na kúsky a nechajte ich odštváviť v odštvavovači.
- 2 Ovocie zmiešajte s jogurtom a kondenzovaným mliekom.
- 3 Zmes nalejte do plytkej kovovej nádoby, zakryte a zamrazte.
- 4 Lad by vo všeobecnosti mal zostať 2,5 - 3 hodiny v mrazničke, pričom každých 15 - 20 minút ho bude potrebné premiešať.
- 5 Po 3 hodinách mrazený jogurt podávame, pretože v opačnom prípade príliš stuhne.

**CS****Ingredience**

500 g papáji/banánů  
200 ml bílého jogurtu  
3 polévkové lžíce kondenzovaného mléka

**Postup**

- 1 Ovoce nakrájejte na kousky a odšťavněte.
- 2 Štávu smíchejte s jogurtem a kondenzovaným mlékem.
- 3 Směs nalijte do mělké kovové misky, přikryjte a zmrazte.
- 4 Obvykle je třeba nechat směs v mrazáku 2,5-3 hodiny, během nichž je třeba ji každých 15-20 minut promíchat.
- 5 Za 3 hodiny jogurtovou zmrzlinu snězte, později by byla příliš tvrdá.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Milk shake (Banana / Strawberry /Blueberry) **UK** Молочный коктейль (банан/клубника/черника)  
**PL** Koktajl mleczny (bananowy/truskawkowy/jagodowy) **KK** Сүт шейкі (банан / құлпынай /қаражидек) **ET** Piimakokteil (banaan / maasikas / mustikas) **LV** Piena kokteilis (Banānu/zemeņu /mellēņu) **LT** Pieno kokteilis (bananai / braškės / šilauogės) **SR** Mlečni šejk (banana/jagoda/borovnica) **HR** Mliječni frape (banana / jagode / borovnice) **SL** Mlečni napitek (banana/jagoda/borovnica) **HU** Tejturmix (banán / eper / áfonya) **BG** Млечен шейк (банан/ягода/боровинка) **RO** Milk shake (Banane/căpșuni/afine) **SK** mliečny kokteil (banán/jahoda/čižoriedka) **CS** Mléčný koktejl (banánový, jahodový nebo borůvkový)

# Milk shake

(Banana / Strawberry / Blueberry)

1 handful



strawberry  
or blueberry  
or 1 banana

200 ml



milk

## Directions

- 1 First juice half of the fruits.
- 2 Add the half of the milk.
- 3 Then juice the rest of the fruits with the rest of the milk.
- 4 After finishing stir the fruit milk with a spoon.

## Health benefit

Milk shake is a source of magnesium which helps in the normal function of the muscles.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

1 горсть клубники/черники или 1 банан  
200 мл молока

**Способ приготовления**

- 1 Выжмите сок из половины фруктов.
- 2 Добавьте половину молока.
- 3 Выжмите сок из оставшихся фруктов и добавьте оставшееся молоко.
- 4 Хорошо перемешайте ложкой.

**UK****Інгредієнти**

1 пригорща полуниці або чорниці чи  
1 банан  
200 мл молока

**Спосіб приготування**

- 1 Спочатку вичавіть сік із половини фруктів.
- 2 Додайте половину молока.
- 3 Потім вичавіть сік із решти фруктів з рештою молока.
- 4 Після завершення перемішайте фруктове молоко ложкою.

**PL****Składniki**

Garść truskawek lub jagód albo 1  
banan  
200 ml mleka

**Wskazówki**

- 1 Najpierw wyciśnij sok z połowy owoców.
- 2 Dodaj połowę mleka.
- 3 Następnie wyciśnij sok z pozostałych owoców i dodaj pozostałą część mleka.
- 4 Wymieszaj mleko owocowe przy użyciu łyżki.

**KK****Қосылатын заттар**

1 уыс құлпынай немесе қаражидек,  
я болмаса, 1 банан  
200 мл сүт

**Нұсқаулар**

- 1 Алдымен жемістердің жартысының шырынын сығыңыз
- 2 Сүттің жартысын қосыңыз.
- 3 Содан кейін қалған сүтпен жемістердің қалғанының шырынын сығыңыз.
- 4 Аяқтағаннан кейін жеміс сүтін қасықпен араластырыңыз.

**HR****Sastojci**

1 šaka jagoda ili borovnica ili 1  
banana  
200 ml mlijeka

**Upute**

- 1 Najprije u sokovniku promiješajte polovinu voća
- 2 Dodajte pola količine mlijeka.
- 3 Zatim promiješajte ostatak voća s ostatkom mlijeka.
- 4 Po završetku žlicom promiješajte mlijeko s voćem.

**SL****Sestavine**

1 pest jagod ali borovnic oziroma  
1 banana  
200 ml mleka

**Navodila**

- 1 Najprej iztisnite sok iz polovice sadja.
- 2 Dodajte polovico mleka.
- 3 Nato iztisnite sok iz preostalega sadja in dodajte preostanek mleka.
- 4 Na koncu sadno mleko premešajte z žlico.

**HU****Hozzávalók**

1 marék eper vagy áfonya vagy 1  
banán  
2 dl tej

**Elkészítés**

- 1 Először préselje le a gyümölcsök felét.
- 2 Adja hozzá a tej felét.
- 3 Ezután préselje le a maradék gyümölcsöt a maradék tejjel.
- 4 Amikor ezzel elkészült, kavarja meg a gyümölcsös tejet egy kanállal.

**BG****Продукти**

1 шепя ягоди или боровинки или 1  
банан  
200 мл мляко

**Приготвяне**

- 1 Първо пригответе сок от половината от плодовете
- 2 Добавете половината от млякото.
- 3 След това пригответе сок от останалата част от плодовете с останалата част от млякото.
- 4 Когато приключите, разбъркайте плодовото мляко с лъжица.

**RU** Milk shake (Banana / Strawberry /Blueberry) **UK** Молочный коктейль (банан/клубника/черника)

**PL** Koktajl mleczny (bananowy/truskawkowy/jagodowy) **KK** Сүт шейкі (банан / құлпынай /қаражидек)

**ET** Piimakokteil (banaan / maasikas / mustikas) **LV** Piena kokteilis (Banānu/ zemeņu /melleņu)

**LT** Pieno kokteilis (bananai / braškės / šilauogės) **SR** Mlečni šejk

(banana/jagoda/borovnica) **HR** Mliječni frape (banana / jagode / borovnice) **SL** Mlečni napitek

(banana/jagoda/borovnica) **HU** Tejturmix (banán / eper / áfonya) **BG** Млечен шейк

(банан/ягода/боровинка) **RO** Milk shake (Banane/căpșuni/afine) **SK** mliečny kokteil (banán/ jahoda/čičoriedka)

**CS** Mléčný koktejl (banánový, jahodový nebo borůvkový)

ET

**Koostisained**

1 peotäis maasikaid või mustikaid  
või 1 banaan  
200 ml piima

**Valmistamisõpetus**

- 1 Kõigepealt pressige pooled puuviljadest mahlaks.
- 2 Lisage pool piima kogusest.
- 3 Seejärel pressige mahlaks ülejäänud puuviljad koos ülejäänud piimaga.
- 4 Kui olete valmis, segage puuviljapiim lusikaga läbi.

LV

**Sastāvdaļas**

1 sauja zemeņu vai melleņu vai 1  
banāns  
200 ml piena

**Pagatavošana**

- 1 Vispirms izspiediet sulu no pusēs augļu.
- 2 Pievienojiet pusi piena.
- 3 Pēc tam izspiediet sulu no atlikušajiem augļiem un sajauciet ar atlikušo pienu.
- 4 Beigās samaisiet augļu pienu ar karoti.

LT

**Sudėtis**

1 sauja braškių, šilauogių arba 1  
bananas  
200 ml pieno

**Gaminimas**

- 1 Pirmiausia išspauskite pusės vaisių sultis.
- 2 Įpilkite pusę pieno.
- 3 Tada kartu su pienu išspauskite likusių vaisių sultis.
- 4 Baigę šaukštu sumaišykite vaisių sultis su pienu.

SR

**Sastojci**

1 šaka jagoda ili borovnica,  
odnosno 1 banana  
200 ml mleka

**Uputstvo**

- 1 Napravite sok od polovine voća
- 2 Dodajte polovinu mleka.
- 3 Zatim napravite sok od ostatka voća sa ostatkom mleka.
- 4 Kada završite promešajte voćno mleko kašikom.

RO

**Ingrediente**

1 mână de căpșuni sau afine sau  
1 banană  
200 ml de lapte

**Indicații**

- 1 Mai întâi, se stoarce jumătate din fructe.
- 2 Se adaugă jumătate din lapte.
- 3 Apoi, se stoarce restul fructelor împreună cu restul laptelui.
- 4 După aceea, se amestecă laptele cu fructe cu o lingură.

SK

**Zloženie**

1 hrst jahôd alebo čučoriedok  
alebo 1 banán  
200 ml mlieka

**Príprava**

- 1 Najskôr odšťavte polovicu ovocia
- 2 Pridajte polovicu mlieka.
- 3 Potom odšťavte zvyšok ovocia so zvyškom mlieka.
- 4 Po skončení lyžicou zamiešajte ovocné mlieko.

CS

**Ingredience**

1 hrst jahod či borůvek nebo  
1 banán  
200 ml mléka

**Postup**

- 1 Nejprve odšťavněte polovinu ovoce.
- 2 Přidejte polovinu mléka.
- 3 Poté odšťavněte zbytek ovoce se zbytkem mléka.
- 4 Nakonec ovocné mléko promíchejte lžičkou.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU** Соевое/миндальное молоко **UK** Соеве  
молоко/мигдалеве молоко **PL** Mleko sojowe/  
migdałowe **KK** Соя сүті / бадам сүті  
**ET** Sojariim / Mandlipiim **LV** Sojas piens /  
mandeļu piens **LT** Sojų pienas / migdolų  
pienas **SR** Sojino mleko/bademovo  
mleko **HR** Sojino mlijeko / bademovo  
mlijeko **SL** Sojino mleko/mandljevo mleko  
**HU** Szójatej / mandulatej **BG** Соево мляко/  
Бадемово мляко **RO** Lapte de soia/Lapte  
de migdale **SK** Sójové mlieko/mandľové  
mlieko **CS** Sojové nebo mandľové mléko

# Soy milk / almond milk

200 g



almonds / soy beans (dry)

1 liter



water for soaking

600 g



water for the milk

## Directions

- 1 Soak almonds / soy beans at least 8 hours in water (200 g / 1 L water).
- 2 After soaking rinse ingredients with fresh water.
- 3 Mix soaked ingredients 1:3 with water.
- 4 Put the beans in the juicer first, start juicing and also add some water.
- 5 If leftovers still appear wet you can rejuice to gain even more milk.

## Health benefit

**Soy milk:** Can reduce cholesterol levels, can protect against heart disease and can have a positive effect on bone health.

**Almond milk:** The good fats and antioxidants contained in almonds can have a positive effect on the cholesterol level but also on the skin.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



**RU****Ингредиенты**

200 г миндаля или сухих соевых бобов  
1 литр воды для замачивания  
600 мл воды для приготовления молока

**Способ приготовления**

- 1 Замочите миндаль/соевые бобы в воде как минимум на 8 часов (200 г/1 л воды).
- 2 Затем промойте ингредиенты чистой водой.
- 3 Смешайте ингредиенты с 1/3 частью воды, предназначенной для приготовления молока.
- 4 Пропустите бобы/миндаль через соковыжималку, затем добавьте оставшуюся воду, предназначенную для приготовления молока.
- 5 Если жмых кажется слишком влажным, еще раз пропустите его через соковыжималку.

**Лечебные свойства**

Соевое молоко снижает уровень холестерина, защищает от сердечно-сосудистых заболеваний и положительно влияет на костную ткань. Миндальное молоко "хорошие" жиры и антиоксиданты, содержащиеся в миндале, снижают уровень холестерина и положительно влияют на кожу.

**HR****Sastojci**

200 g badema / soje u zrnu (suhe)  
1 litra vode za namakanje  
600 ml vode za mlijeko

**Upute**

- 1 Ostavite bademe / soju u zrnu u vodi da se namaču najmanje 8 sati (200 g / 1 l vode)
- 2 Nakon namakanja isperite sastojke svježom vodom
- 3 Pomiješajte namočene sastojke s 1/3 vode za mlijeko
- 4 Najprije bademe / soju u zrnu stavite u sokovnik, počnite cijediti i dodajte ostatak vode za mlijeko.
- 5 Ako ostaci još uvijek djeluju mokro, možete ih još iscijediti kako biste dobili još više mlijeka.

**Prednosti za zdravlje**

Sojino mlijeko smanjuje razine kolesterola, štiti od bolesti srca i pozitivno djeluje na zdravlje kostiju. Bademovo mlijeko dobre masnoće i antioksidanti iz badema mogu pozitivno djelovati na razine kolesterola, ali i na kožu.

**UK****Інгредієнти**

200 г мигдалю/соевих бобів (сухих)  
1 літр води для замочування  
600 г води для молока

**Спосіб приготування**

- 1 Замочіть мигдаль/соеві боби у воді (200 г/1 л води) щонайменше на 8 годин.
- 2 Після замочування сполосніть продукти свіжою водою.
- 3 Перемішайте замочені продукти з 1/3 води для молока.
- 4 Спочатку покладіть у соковижималку боби/мигдаль, почніть вичавлення і додайте решту води.
- 5 Якщо залишки все ще мокрі, можна вичавити продукти знову, щоб отримати ще більше молока.

**Користь для здоров'я**

Соеве молоко може зменшити рівень холестерину, захистити від серцево-судинних захворювань та позитивно впливає на здоров'я кісток. Мигдалеве молоко "корисні" жири й антиоксиданти, що містяться у мигдалю, позитивно впливають на рівень холестерину, а також на шкіру.

**SL****Sestavine**

200 g mandljev/sojinih zrn (suhih)  
1 liter vode za namakanje  
600 g vode za mleko

**Navodila glede poti**

- 1 Mandlje/sojina zrna vsaj 8 ur namakajte v vodi (200 g na 1 liter vode).
- 2 Nato sestavine sperite s svežo vodo.
- 3 Namočene sestavine premešajte z vodo v razmerju 1:3.
- 4 Zrna dodajte v sokovnik, začnite z iztiskanjem soka in dodajte nekaj vode.
- 5 Če so preostale sestavine še vedno vlažne, lahko ponovno iztisnete sok za še več mleka.

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Sojino mleko lahko zniža raven holesterola, lahko varuje pred boleznimi srca in lahko pozitivno vpliva na zdravlje kosti. Mandljevo mleko dobre maščobe in protioksidanti v mandljih lahko pozitivno vplivajo na raven holesterola in kožo.

**PL****Składniki**

200 g migdałów/ziarna soi (suchych)  
1 litr wody do namaczania  
600 ml wody na mleko

**Wskazówki**

- 1 Przez co najmniej 8 godzin namaczaj migdały/ziarna soi w wodzie (200 g/1 l wody).
- 2 Po namoczeniu ołucz składniki świeżą wodą.
- 3 Zmieszaj namoczone składniki z 1/3 wody na mleko.
- 4 Najpierw włóż migdały/ziarna soi do sokowirówki, rozpocznij wyciskanie soku i dodaj resztę wody na mleko.
- 5 Jeśli pozostałości wciąż zawierają płyn, można je ponownie wycisnąć, aby uzyskać więcej mleka.

**Korzyści dla zdrowia**

Mleko sojowe wspomaga obniżanie poziomu cholesterolu, chroni przed chorobami serca, może mieć pozytywny wpływ na stan skóry. Mleko migdałowe dobrze tłuszcze i antyutleniające zawarte w migdałach mogą mieć pozytywny wpływ nie tylko na poziom cholesterolu, ale również na skórę.

**HU****Hozzávalók**

200 g mandula / szójabab (szárz)  
1 liter víz a beáztatáshoz  
600 ml víz a tejhez

**Elkészítés**

- 1 Áztassa be vízbe a mandulát/szójababot legalább 8 órára (200 g / 1 l víz)
- 2 Az áztatás után öblítse le tiszta vízzel a hozzávalókat
- 3 Keverje össze a beáztatott hozzávalókat a tejhez való víz egy harmadával
- 4 Először a mandulát/szójababot tegye a gyümölcscentrifugába, kezdje el préselni, és adja hozzá a tejhez való víz fennmaradó részét.
- 5 Amennyiben a maradék még mindig nedvesnek tűnik, préselje le újra, hogy még több tejet nyerjen.

**Égészségügyi előny**

Szójatej Csökkentheti a koleszterinszintet, védelmet nyújthat a szívbetegségekkel szemben, és jótékony hatással lehet a csontok egészségére. Mandulatej A mandulában lévő „hasznos” zsírok és antioxidánsok kedvezően befolyásolhatják a koleszterinszintet és a bőrt.

**KK****Қосылатын заттар**

200 г бадам / соя бұршақтары (келтірілген)  
Жібітуге арналған 1 литр су  
Сүтке арналған 600 г су

**Нұсқаулар**

- 1 Бадамдарды/соя бұршақтарын суда кемінде 8 сағат бойы жібітіңіз (200 г / 1 л су)
- 2 Жібітуден кейін ингредиенттерді таза сумен шайыңыз
- 3 Жібітілген ингредиенттерді 1/3 қатынасында сүтке арналған сумен араластырыңыз
- 4 Алдымен бадамдарды/бұршақтарды шырын сыққышқа салыңыз, шырын сығуды бастаңыз, сөйтіп сүтке арналған судың қалған бөлігін қосыңыз.
- 5 Егер қалған бөліктер әлі ылғалды болса, көбірек сүт алу үшін қайтадан шырын сығуға болады.

**Денсаулыққа пайдасы**

Соя сүті холестерин деңгейін азайтады, жүрек ауруынан қорғайды және сүйектердің денсаулығына оң әсер етеді. Бадам сүті бадамдардың құрамындағы жақсы майлар мен антиоксиданттар холестерин деңгейіне, сонымен бірге, теріге оң әсер етеді.

**BG****Продукти**

200 г бадеми/ соя (сухи)  
1 литър вода за наикисване  
600 г вода за маякото

**Приготвяне**

- 1 Накинете бадемите/ соевите зърна за най-малко 8 часа във вода (200 г / 1 л вода)
- 2 След наикисване изплакнете съставките с прясна вода
- 3 Смесете наикиснатите съставки с 1/3 от водата за маякото
- 4 Първо поставете зърната в сокоизстисквачката, започнете да приготвяте сок и добавете малко вода.
- 5 Ако остатъците изглеждат все още влажни, можете да ги пуснете през сокоизстисквачката отново, за да получите още маяко.

**Предимства за здравето**

Соево маяко може да понижи нивата на холестерола, предпазва от сърдечни заболявания и има положителен ефект върху здравето на костите. Бадемово маяко ползните мазнини и антиоксиданти в бадемите имат положително влияние върху нивата на холестерола, а също така и върху кожата.



ET

**Koostisained**

200 g mandleid / sojaube (kuivatatud)  
1 liiter vett leotamiseks  
600 ml vett piima valmistamiseks

**Valmistamisõpetus**

- 1 Leotage mandleid / sojaube vähemalt 8 tundi 1 l vees (200 g / 1 l vett).
- 2 Pärast leotamist loputage koostisaineid puhtas vees.
- 3 Segage leotatud koostisained ühes kolmandikus piima valmistamiseks mõeldud veekoguses.
- 4 Pange mahlapressi kõigepealt mandlid / sojaoad, seejäre hakake mahla pressima ning lisage ülejäänud vesi.
- 5 Juhul, kui järelejäänud mass näib veel niiske, võite sellest veel proovida mahla pressida, et rohkem piima saada.

**Kasu tervisele**

Sojapiim võib vähendada kolesteroolitaset, kaitsta südamehaiguste eest ja mõjuda positiivselt luude tervisele. Mandlipiim mandlite sisalduvatel headel rasvadel ja antioksüdantidel võib olla positiivne mõju kolesterooli tasemele, aga ka nahale.

RO

**Ingrediente**

200 g de migdale/boabe de soia (uscate)  
1 litru de apă pentru înmuiere  
600 ml de apă pentru lapte

**Indicații**

- 1 Se înmoaie migdalele/boabele de soia în apă timp de cel puțin 8 ore (200 g/1 l apă).
- 2 După înmuiere, se clătesc ingredientele cu apă proaspătă.
- 3 Se amestecă ingredientele înmuiate cu 1/3 din apa pentru lapte.
- 4 Întâi se pun migdalele/boabele de soia în storcător, se începe stoarcerea și se adaugă puțină apă.
- 5 Dacă resturile încă par umede, se pot stoarce din nou pentru a se obține mai mult lapte.

**Beneficii pentru sănătate**

Laptele de soia Reduce nivelul colesterolului, protejează împotriva boilor cardiace și are efect pozitiv asupra sănătății oaselor. Laptele de migdale Grăsimile sănătoase și antioxidanții din migdale au un efect pozitiv asupra nivelului colesterolului, dar și asupra sănătății.

LV

**Sastāvdaļas**

200 g mandeļu /sojas pupiņu (sausas)  
1 litrs ūdens izmērcēšanai  
600 g ūdens pienam

**Norādījumi**

- 1 Iemērciet mandeļus/sojas pupiņas ūdenī vismaz uz 8 stundām (200 g/l ūdens).
- 2 Pēc iemērkšanas noskalojiet ar svaigu ūdeni.
- 3 Sajauciet izmērcētos produktus ar 1/3 ūdens pienam.
- 4 Vispirms ievietojiet sulu spiedē mandeļus/pupiņas, sāciet spiest sulu, pēc tam pievienojiet atlikušo ūdeni.
- 5 Ja atlikumi joprojām ir mitri, varat izspiest sulu atkārtoti, lai iegūtu vēl vairāk piena.

**Ieguvumi veselībai**

Sojas piens var samazināt holesterīna līmeni, aizsargāt pret sirds slimībām un pozitīvi ietekmēt kaulu veselību. Mandeļu piens mandeļēs esošīe labie tauki un antioksidanti var pozitīvi ietekmēt holesterīna līmeni un ādu.

SK

**Zloženie**

200 g mandlí/sójových bôbov (suchých)  
1 liter vody na odmočení  
600 ml vody na mlieko

**Smerové pokyny**

- 1 Mandle/sójové bôby nechajte na najmenej 8 hodín odmočiť v 1 l vody (200 g/1 liter vody)
- 2 Po odmočení prísady opláchnite čistou vodou
- 3 Odmočené prísady zmiešajte s vodou na mlieko v pomere 1:3.
- 4 Mandle/sójové bôby dajte do odšťavovača ako prvé, spustíte odšťavovanie a pridajte zvyšok vody na mlieko.
- 5 Ak sa zvyšky javia byť vlhké, odšťavovanie môžete zopakovať a získať tak ešte viac mlieka.

**Positívne účinky na ľudské zdravie**

Sójové mlieko dokáže znížiť hladinu cholesterolu, chráni pred ochoreniami srdca a má pozitívne účinky na stav kostí. Mandľové mlieko zdraviu prospešné tuky a antioxidanty obsiahnuté v mandľoch môžu mať pozitívne účinky na hladinu cholesterolu, ako aj na stav pokožky.

LT

**Sudėtis**

200 g migdolų /sojų pupelių (sausų)  
1 l vandens mirkymui  
600 ml vandens pieno ruošimui

**Nuorodos**

- 1 Mirkykite migdolus /sojų pupeles vandenyje mažiausiai 8 val. (200 g / 1 l vandens)
- 2 Išmirkę nuskalaukite produktus švari vandeniu
- 3 Sumaišykite išmirkytus produktus su 1/3 vandens, skirto pienui
- 4 Pirma į sulčiaspaudę sudėkite migdolus /sojų pupeles, pradėkite spausti pieną ir supilkite likusį vandenį.
- 5 Jei likučiai vis dar atrodo drėgni, galite perspausti juos iš naujo, kad išgautumėte daugiau pieno.

**Nauda sveikatai**

Sojų pienas padeda sumažinti cholesterolio lygį, gali apsaugoti nuo širdies ligų ir yra labai naudingas kaulams. Migdolų piene esantys gerieji riebalai ir antioksidantai yra naudingi odai ir reguliuojant cholesterolio lygį.

SR

**Sastojci**

200 g badema/soje u zrnu (suve)  
1 litar vode za potapanje  
600 ml vode za mleko

**Uputstvo**

- 1 vPotopite bademe/soju u zrnu u vodu na bar 8 sati (200 g na 1 litar vode)
- 2 Nakon potapanja isperite sastojke svežom vodom
- 3 Pomešajte potopljene sastojke sa 1/3 vode za mleko
- 4 Prvo stavite bademe/soju u zrnu u sokovnik, počnite da cedite i dodajte ostatak vode za mleko.
- 5 Ako je ostatak i dalje vlažan, možete da ponovite cedenje da biste dobili još više mleka.

**Positivni uticaj na zdravlje**

Sojino mleko Može da smanji nivo holesterola, da pruži zaštitu od bolesti srca, kao i da ima pozitivan uticaj na zdravlje kostiju. Bademovo mleko Dobre masti i antioksidanti iz badema mogu da imaju pozitivan uticaj na nivo holesterola, kao i na kožu.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU Sunset UK Захід сонця PL Zachód słońca KK Күн батуы ET Päikeseloojang LV Sunset  
LT Saulėlydis SR Sunset HR Sunset SL Sončni zahod HU Naplemente BG Заляз RO Sunset  
SK Západ slnka CS Západ slunce

# Sunset

1



tomato

1



orange

1



pomegranate

## Health benefit

Sunset is high in Vitamin C. Vitamin C plays a role in normal collagen formation for the normal function of gums.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



RU

**Ингредиенты**

1 помидор  
1 апельсин  
1 гранат

**Лечебные свойства**

Напиток Sunset богат витамином С. Витамин С отвечает за выработку коллагена, необходимого для здоровья десен.

UK

**Інгредієнти**

1 помідор  
1 апельсин  
1 гранат

**Користь для здоров'я**

Напій "Захід сонця" багатий на вітамін С. Вітамін С відіграє важливу роль у нормальному формуванні колагену для нормального функціонування ясен.

PL

**Składniki**

1 pomidor  
1 pomarańcza  
1 granat

**Korzyści dla zdrowia**

Koktajl Zachód słońca jest bogaty w witaminę C, która przyczynia się do prawidłowego tworzenia kolagenu niezbędnego do zachowania dobrego stanu skóry.

KK

**Қосылатын заттар**

1 қызанақ;  
1 апельсин  
1 анар

**Денсаулыққа пайдасы**

«Күн батуы» құрамында С дәрумені көп. С дәрумені қызылиектің қалыпты функциясы үшін коллагеннің қалыпты құрылуында рөл ойнайды.

HR

**Sastojci**

1 rajčica  
1 naranča  
1 šipak

**Prednosti za zdravlje**

Sunset je bogat vitaminom C. Vitamin C regulira stvaranje kolagena koji je zadužen za zdravlje desni.

SL

**Sestavine**

1 paradižnik  
1 pomaranča  
1 granatno jabolko

**Pozitiven vpliv na zdravje**

Sončni zahod vsebuje veliko vitamina C. Vitamin C prispeva k normalnemu tvorjenju kolagena za normalno delovanje dlesni.

HU

**Hozzávalók**

1 paradicsom  
1 narancs  
1 gránátalma

**Egészségügyi előny**

A naplemente sok C-vitamint tartalmaz, mely hozzájárul az íny megfelelő működéséhez.

BG

**Продукти**

1 домати  
1 портокал  
1 нар

**Предимства за здравето**

"Залез" има високо съдържание на витамин С, който участва в нормалното формиране на колаген за правилното функциониране на венците.

RU Sunset UK Захід сонця PL Zachód słońca KK Күн батуы ET Päikeseloojang LV Sunset  
LT Saulėlydis SR Sunset HR Sunset SL Sončni zahod HU Naplemente BG Залез RO Sunset  
SK Západ slnka CS Západ slunce

ET

**Koostisained**

1 tomat  
1 apelsin  
1 granaatõun

**Kasu tervisele**

"Sunset" sisaldab rikkalikult C-vitamiini. C-vitamiin on oluline organismile loomupärase kollageeni tootmise jaoks, et tagada seeläbi igemete normaalne talitlus.

LV

**Sastāvdaļas**

1 tomāts  
1 apelsīns  
1 granātābols

**Ieguvumi veselībai**

Kokteilī Sunset ir augsts C vitamīna saturs. C vitamīns veicina kolagēna veidošanos normālai smaganu funkcijai.

LT

**Sudėtis**

1 pomidoras  
1 apelsinas  
1 granatas

**Nauda sveikatai**

Kokteilis „Saulėlydis“ yra vitamino C šaltinis. Vitamino C svarbus susidarant kalogeniui, kad dantenos būtų sveikos.

SR

**Sastojci**

1 paradajz  
1 pomorandža  
1 nar

**Pozitivni uticaj na zdravlje**

Sunset ima visok sadržaj vitamina C. Vitamin C igra ulogu u normalnom formiranju kolagena za normalno funkcionisanje desni.

RO

**Ingrediente**

1 roşie  
1 portocală  
1 rodie

**Beneficii pentru sănătate**

Sunset este bogat în vitamina C. Vitamina C ajută la formarea normală a colagenului pentru menţinerea sănătăţii gingiilor.

SK

**Zloženie**

1 rajčina  
1 pomaranč  
1 granátové jablko

**Pozitívne účinky na ľudské zdravie**

Nápoj Západ slnka má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C zohráva úlohu pri normálnej tvorbe kolagénu v záujme udržiavania náležitej funkcie dasien.

CS

**Ingredience**

1 rajče  
1 pomeranč  
1 granátové jablko

**Přínos pro vaše zdraví**

Západ slunce má vysoký obsah vitamínu C. Vitamín C hraje důležitou úlohu při správné tvorbě kolagenu nezbytného pro dobrou funkci chrupavek.

RU

UK

PL

KK

ET

LV

LT

SR

HR

SL

HU

BG

RO

SK

CS



A series of horizontal lines for writing, starting with three lines that are slightly indented from the left margin, followed by a larger margin with many more lines.







© 2015 Koninklijke Philips N.V. All rights reserved. Specifications are subject to change without notice. Trademarks are the property of Koninklijke Philips N.V. (Royal Philips) or their respective owners.

Document order number: 4203 064 63881

You can find more information about your juicer in the user manual, or online at [philips.com/support](http://philips.com/support)

For more recipes, visit <http://www.philips.com/e/kitchenexperience/>