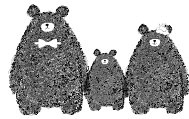


ERNTE Für Glückliche Familie



Ernte wurde in Deutschland gegründet und der Gründer hielt an der Überzeugung fest, [dass Produkte, die Menschen glücklich machen können, die Ernte unseres Herzens sind] und gab sie weiter.

Deutsche Abstammung und Einfallsreichtum, kombiniert mit nordisch-minimalistischem ästhetischem Design, machen jede Generation von Ernte-Produkten in Mode und können den Test der Zeit bestehen. Der erschwingliche Preis ermöglicht es mehr Familien, den Charme der Ernte zu spüren.

Komfortable Haushaltsgeräte können die Liebe zum Leben erleuchten und unzählige Familien wärmen.

Die Schönheit des Lebens wird von Ernte begleitet.



ERNTE

与美融合·与简获美



Exquisite recipe

Food is not only the enjoyment of taste buds, but also be a memory.





(扫一扫)
关注熊妈妈美食号
享受更多精彩美食
以及私人定制美食



任何技术疑问可联系熊爸爸热线

热线电话：400-6288-392(仅工作日：9:00-16:00 周末及节日除外)

www.ernte-cn.com

Contents

柠姜祛湿水 <i>Lemon Ginger Juice</i>	01
苹果生姜饮 <i>Apple Ginger Juice</i>	04
柠香粒粒橙 <i>Lemon Orange Juice</i>	05
纤体噗通水 <i>Apple Cucumber Juice</i>	08
青瓜金菠萝 <i>Pineapple Cucumber Juice</i>	10
卜卜小菠萝 <i>Pineapple Carrot Juice</i>	12
元气美白饮 <i>Apple Lemon Juice</i>	14
纤芹刮油饮 <i>Celery Apple Juice</i>	15

柠姜祛湿水

Lemon Ginger Juice

材料 (1人份) Ingredients (1 Person Portion)

柠檬Lemon 1个 生姜Ginger 1个

制作方式 Cooking Steps

- 1 / 柠檬清洗干净，切成块状，放入原汁机中，打开开关开始挤压。
Slice the lemon into small pieces and put it into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.
- 2 / 生姜清洗干净，切成块状，放入原汁机中，打开开关开始挤压。
Slice the ginger into small pieces and put it into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.
- 3 / 将两种汁混合，在根据饮食喜好加入其他食材。
Mix those 2 juice together and user can put other ingredients, as personal taste.
- 4 / 制作完成。
Juice finished.

小提示 Tips

- 1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。
User can put some water as personal taste.

功效作用 Efficacy

抗炎瘦身/缓解痛经与体寒

生姜柠檬水具有祛寒，美容的功效。生姜浓柠檬水中含有大量的天然果糖，进入人体以后，能快速转化成能量被人体吸收，可以加快血液循环，提高脑细胞活性，增强人体的记忆力，提高免疫力，加快肠胃蠕动，促进大便生成，帮助排出体内堆积的垃圾和毒素。





功效作用 Efficacy

预防便秘/促进减肥

食用生姜自古以来就有温暖身体的效果。
生姜能使胃蛋白酶作用减弱,脂肪分解酶的作用, 增强促进新陈代谢。
苹果含有丰富的膳食纤维多的可以预防便秘促进减肥。



苹果生姜饮

Apple Ginger Juice

材料 (一人份) Ingredients (1 Person Portion)

苹果Apple 1/2个
柠檬汁Lemon Juice 1/2大汤匙Spoon
生姜Ginger 1/2片
蜂蜜Honey 1/2小汤匙Tea Spoon

制作方式 Cooking Steps

- 1 / 苹果除去芯, 切成块状, 放入原汁机中, 打开开关开始挤压。
Slice apple into small pieces and put it into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.
- 2 / 生姜清洗干净, 切成块状, 放入原汁机中, 打开开关开始挤压。
Slice ginger into small pieces and put it into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.
- 3 / 将两种汁混合, 在根据饮食喜好加入其他食材。
Mix those 2 juice together and user can put other ingredients: lemon juice or honey, as personal taste.
- 4 / 制作完成。
Juice finished.

小提示 Tips

- 1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。
User can put some water as personal taste.



柠香粒粒橙

Lemon Orange Juice

材料 (一人份) Ingredients (1 Person Portion)

橙子 Citrus	1个
牛奶 Milk	80ml
柠檬 Lemon	1/2个
蜂蜜 Honey	1/2小汤匙 Tea Spoon

制作方式 Cooking Steps

- 1 / 橙子切成小块，放入原汁机中，打开开关开始挤压。
Cut citrus into small pieces, and put slicers into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.
- 2 / 柠檬横着切一半，放入原汁机中，打开开关开始挤压。
Cut the lemon into 2 parts and squeeze the lemon juice into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.
- 3 / 将两种汁混合，在根据饮食喜好加入其他食材。
User can put other ingredients: milk or honey, as personal taste.
- 4 / 制作完成。
Juice finished.

小提示 Tips

- 1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。
User can put some water as personal taste.

功效作用 Efficacy

提高肌肤新陈代谢

据说青春痘的原因是皮肤功能下降。橙子和柠檬中的维生素 C 可防止皮肤酸化（老化），并通过搭配牛奶中的维生素 B 来促进皮肤新陈代谢。



功效作用 Efficacy

改善便秘

钾和膳食纤维

苹果和黄瓜中含有的钾能促进利尿。
苹果中含有的膳食纤维有改善便秘的效果。

纤体噗通水

Apple Cucumber Juice

材料 (一人份) Ingredients (1 Person Portion)

苹果 Apple	1/3个
柠檬汁 Lemon Juice	1小汤匙 Tea Spoon
黄瓜 Cucumber	1/3根
蜂蜜 Honey	1小汤匙 Tea Spoon

制作方式 Cooking Steps

1 / 苹果除去芯，切成块状，撒上柠檬汁，根据饮食喜好可选择提前放进密封保鲜袋里冷冻。如不需要冷冻可直接切块放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Slice the apple into small pieces, and squeeze the lemon juice on it, user can choose to put it into refrigerator before juicing the fruit. Then switch on and juice it.

2 / 黄瓜切成一口的大小，放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Slice the cucumber into small pieces and put into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.

3 / 将两种汁混合，在根据饮食喜好加入其他食材。

Mix those 2 juice together and user can put other ingredients: honey, as personal taste.

4 / 制作完成。

Juice finished.

小提示 Tips

1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。

User can put some water as personal taste.



功效作用 Efficacy

清热解毒/降低血糖/利尿消肿/美容护肤

摄取钾元素

菠萝和黄瓜都含有丰富的钾元素，可以帮助人体排出多余的水分，所以当你担心水肿时，建议你食用。菠萝中同时也含有维生素C。

青瓜金菠萝

Pineapple Cucumber Juice

材料 (一人份) Ingredients (1 Person Portion)

菠萝 Pineapple	70g
水 Water	100ml
蜂蜜 Honey	1/2大汤匙 Spoon
黄瓜 Cucumber	1/3根
柠檬汁 Lemon Juice	1小汤匙 Tea spoon

制作方式 Cooking Steps

1 / 菠萝去掉皮和芯，切成小块。根据饮食喜好可选择提前放进密封保鲜袋里冷冻。（也可以直接使用店里售卖的菠萝块）

Peel off the skin of the pineapple, and slice it into small pieces. User can choose to put it into refrigerator before juicing the fruit.

2 / 将黄瓜洗净后切成大块。

Wash the cucumber and slice it into small pieces.

3 / 接着将所有的材料都放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Put slicers into the ERNTE slow juicer, switch on and juice it.

4 / 制作完成。

Juice finished.

小提示 Tips

1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。

User can put some water as personal taste.





功效作用 Efficacy

预防减肥中的肌肤问题

丰富的维生素

菠萝中不仅含有肉毒杆菌分解酵素，还富含维生素C。胡萝卜中也含有β叶绿素，在减肥的同时也能有效预防皮肤问题。

卜卜小菠萝

Pineapple Carrot Juice

材料 (1人份) Ingredients (1 Person Portion)

菠萝Pineapple	70g
蜂蜜Honey	1/3根
胡萝卜Carrot	1/2小汤匙Tea Spoon

制作方式 Cooking Steps

1 / 菠萝除去皮和芯，切成一口大小，放入原汁机中，打开开关开始挤压。
Peel off the skin of the pineapple, and slice it into small pieces, and put into ERNTE shlow juicer, switch on and juice it.

2 / 胡萝卜去皮，切成一口大小。放入原汁机中，打开开关开始挤压。
Peel off the skin of carrot and slice it into small pieces, and put it into ERNTE shlow juicer, switch on and juice it.

3 / 将两种汁混合，在根据饮食喜好加入其他食材。
Mix those 2 juice together and user can put other ingredients: honey, as personal taste.

4 / 制作完成。
Juice finished.

小提示 Tips

1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。
User can put some water as personal taste.





功效作用 Efficacy

提神醒脑/美白抗氧化

柠檬的香味让人神清气爽

除了苹果以外，配角蜂蜜中也含有大量的供给大脑能量来源的糖分。据说柠檬的香味有使头脑清爽的效果。

富含VC抗氧化美白抗衰，酸酸甜甜去黄气，提高自身免疫力。



元气美白饮

Apple Lemon Juice

材料 (1人份) Ingredients (1 Person Portion)

苹果Apple	1/3个
蜂蜜Honey	1小汤匙Tea Spoon
柠檬Lemon	1/2个

制作方式 Cooking Steps

1 / 苹果除去芯，切成块状，撒上柠檬汁，根据饮食喜好可选择提前放进密封保鲜袋里冷冻。如不需要冷冻可直接切块放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Slice the apple into small pieces, and squeeze the lemon juice on it, user can put other ingredients into the apple then seal it into seal bag, to freeze the apple into refrigerator as demands. Then switch on and juice it.

2 / 柠檬清洗干净，切成块状，放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Slice the lemon into small pieces and put it into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.

3 / 将两种汁混合，在根据饮食喜好加入其他食材。

Mix those 2 juice together and user can put other ingredients: honey, as personal taste.

4 / 制作完成。

Juice finished.

小提示 Tips

1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。

User can put some water as personal taste.



纤芹刮油饮

Celery Apple Juice

材料 (1人份) Ingredients (1 Person Portion)

西芹 Celery 4/5根

苹果 Apple 1个

制作方式 Cooking Steps

1 / 清洗干净西芹，切成一口大小，放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Clean the celery and cut into slicers, put into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.

2 / 苹果除去芯，切成块状，放入原汁机中，打开开关开始挤压。

Slice apple into small pieces and put it into ERNTE slow juicer, switch on and juice it.

3 / 将两种汁混合，在根据饮食喜好加入其他食材。

Mix those 2 juice together and user can put other ingredients, as personal taste.

4 / 制作完成。

Juice finished.

小提示 Tips

1 / 可根据饮食喜好加入少量水稀释。

User can put some water as personal taste.

功效作用 Efficacy

降血压/减肥

苹果和西芹榨汁，一般具有减肥、降血压等功效。苹果和西芹榨汁是一种比较常见的饮品，其中苹果和西芹通常都属于卡路里比较低的食物，经常喝苹果和西芹榨汁具有很好的减肥效果。另外苹果和西芹榨汁还可以起到降血压的效果，对于心脏病的患者具有很好的预防作用。





中国大陆总代理：昂特华德(上海)品牌管理有限公司

地址：中国（上海）自由贸易试验区芳春路400号1幢3层301-228室

制造商：新溢贸易有限公司（SUN YAT INDUSTRY LIMITED）

*本食谱仅用于  原汁机，无其他商业用途。

*新溢贸易有限公司（SUN YAT INDUSTRY LIMITED）拥有本食谱的所有版权。

*未经允许请勿复制或转载本食谱中的所有文章和图片。

© 2022 The Sun Yat Industry Limited . All Rights Reserved.