

無添加・
天然の味わい。
ヨーグルトや
アイスにも。

冷たいスイーツ

マンゴーごろごろシロップ

材料 [2~3人分]

本体作動時に「水②(100ml)」は
入れない。

冷凍マンゴー(半解凍) …… 200g
砂糖 …… 50g
水<ミネラルウォーター>①
…………… 小さじ2(10ml)
水<ミネラルウォーター>②
…………… 1/2カップ(100ml*)

*分量はお好みで調整してください。

作り方

- 1 マンゴーの半量と砂糖、分量の水①をボウルに入れ、**刻む**でなめらかになるまで約10秒長押しする。
- 2 ①に残りのマンゴーを入れ、**まぜる**で1回プッシュする。
- 3 ブレードを取り外し、②に水②を入れ、スプーンでよくまぜる。

いちご(またはキウイ)でつくる場合

水の代わりに、いちご(またはキウイ)の分量を増やすと、
果物の水分だけで作る濃厚なシロップに。

かき氷の作り方は
4ページをご覧ください。

なめらかバナナと パリパリチョコのアイス

材料 [2人分]

冷凍完熟バナナ
(半解凍し、2~3cm角に切る)
…………… 2本(150g)
冷凍ラズベリー(半解凍) …… 50g
生クリーム 豆乳でも可
…………… 1/2カップ(100ml)
板チョコレート(2~3cm角)
…………… 1枚(50g)

完熟バナナを
使った濃厚な
味わい。

動画で
分かる!



このレシピは動画でもご覧いただけます。

作り方

- 1 チョコレートをボウルに入れ、**刻む**で10秒長押しし、取り出す。
- 2 バナナをボウルに入れ、**刻む**でなめらかになるまで約10秒長押しする。
- 3 ②にラズベリー、生クリーム、①を加え、**まぜる**で3回プッシュする。

仕上がりやわらかい場合(気温が高い時など)

仕上がり後、別容器に移し冷凍庫で半日~1日冷やし固めてください。

故障・損傷の原因となる禁止事項 ▶ 食材の入れ過ぎ ▶ 液体など禁止食材の使用
※本レシピ集に記載の食材・分量は、検証の結果安全にご使用いただける範囲内で使用しております。
記載の食材・分量、手順を目安として、その範囲を越えて使用しないでください。

アサヒ軽金属工業株式会社

税込価格 1,100円 21 F © 10

お問い合わせ TEL.0120-63-5550 午前9:00~午後8:00 ※年末年始を除く

修理などのご送付 [アサヒ軽金属工業株式会社 兵庫工場] 〒679-0105 兵庫県加西市朝妻町 加西工業団地内



何度でも
つくり
たくなる
ヘルシーレシピ

All Chopper

オールチョッパー

23 Recipes

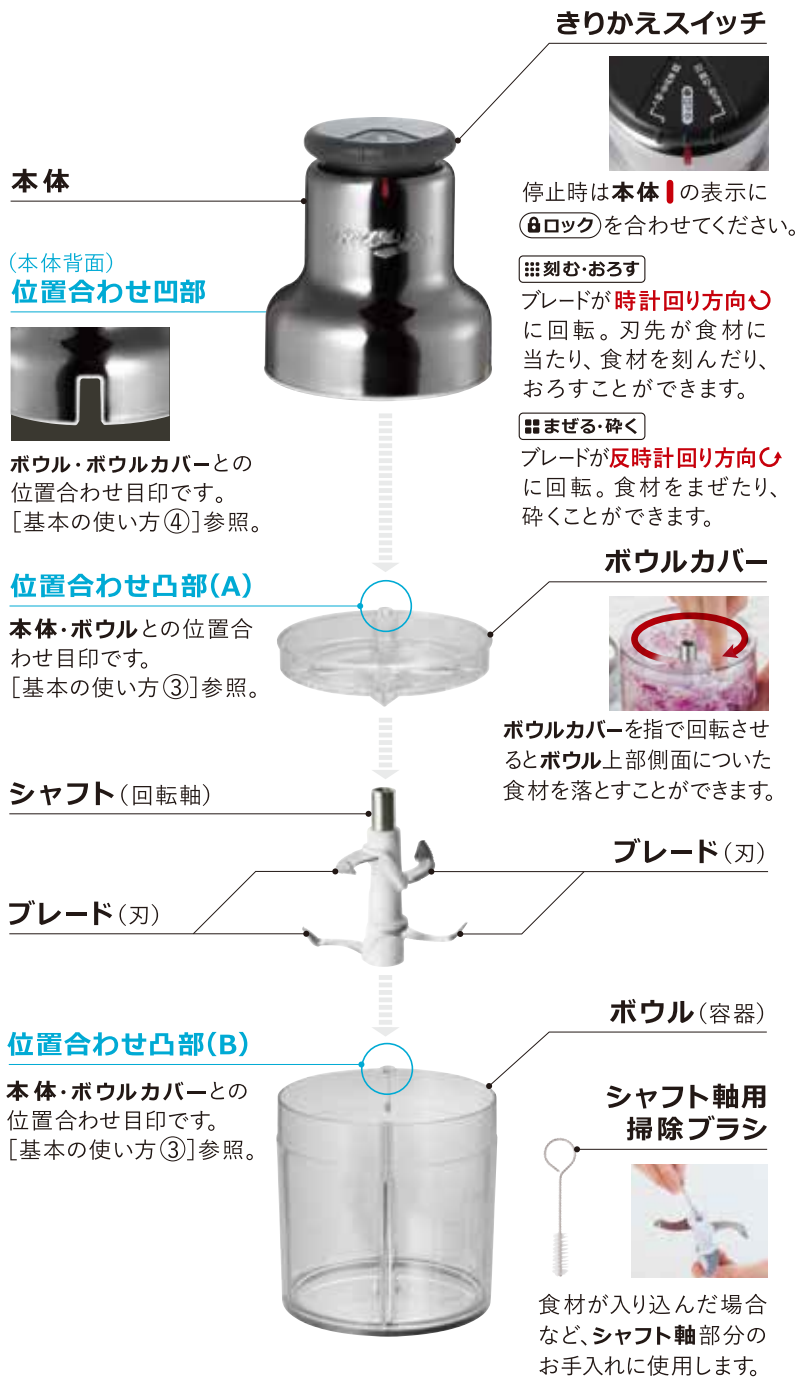
オリジナルレシピ集

ご使用の際は、以下にご注意ください。故障・損傷の原因となります。

▶ 食材の入れ過ぎ ▶ 液体など禁止食材の使用

※本レシピ集に記載の食材・分量は、検証の結果安全にご使用いただける範囲内で使用しております。
記載の食材・分量、手順を目安として、その範囲を越えて使用しないでください。

ご使用前に「同梱の取扱説明書」もよくお読みください。



2 **ボウルに食材を入れる**



3 **ボウルカバーをセットする**



4 **本体をセットする**



5 **きりかえスイッチを回す**



6 **上からきりかえスイッチを押す**



くわしくは同梱の取扱説明書をご覧ください。



※上記3、4の位置合わせ部のイラストは、分かりやすく色つきで凸部を表示していますが実際は透明です。

食材の下ごしらえと 運転時間の目安

運転(攪拌)する2つの方法

プッシュ

上部を
1秒間押す。



長押し

上部を
押し続ける。



上手に攪拌できない場合

攪拌の途中でボウルカバーを開け、ボウル側面についた食材をヘラなどで落とし、再度攪拌してください。

⚠ 使用禁止食材

下記の食材は使用できません。

■ 市販の水

製氷器で作った氷は3cm角以下のものを使用してください。

■ 完全に冷凍された果物・野菜
冷凍された食材は、半解凍してから使用してください。

■ かたすぎるもの

漢方薬類 / かつおぶしの塊 / 乾燥昆布 / 乾燥コーン / 干しいたけの軸 / アーモンド(スライスは可) など

■ 水などの液体

(泡立てや生地作りなども含む)

液体状のものは使用しないでください(あんかけなどの“とろみ”のあるものも含む)。

卵白の泡立て / 生クリームのホイップ / パン・ケーキ・パイ生地作り など

■ 繊維(スジ)の多いもの

スジ肉 など

※使用禁止食材について、くわしくは同梱の取扱説明書4ページをご覧ください。

玉ねぎ 刻む

2~3cm角に切る



最小量 50g プッシュ10回
最大量 200g プッシュ15回

牛肉 / 豚肉 / 鶏肉 刻む

スジ・脂身・皮を取り2~3cm角に切る



最小量 50g 長押し 10秒
最大量 150g 長押し 30秒

食パン<6枚切り> 刻む

2~3cm角に切る(またはちぎる)



最小量 1/2枚 長押し 5秒
最大量 1枚 長押し 10秒

にんじん 刻む

2~3cm角に切る



最小量 50g プッシュ5回+長押し5秒
最大量 250g プッシュ5回+長押し10秒

魚・切り身<えび/たらなど> 刻む

2~3cm角に切る



最小量 50g 長押し 10秒
最大量 150g 長押し 20秒

長いも 刻む

2~3cm角に切る



最小量 60g 長押し 10秒
最大量 180g 長押し 10秒

キャベツ 刻む

2~3cm角に切る



最小量 50g 長押し 10秒
最大量 100g プッシュ20回または長押し10秒

魚・骨ごと<小あじ/小イワシなど> 刻む

頭・尾・ひれ・内臓を取り2~3cm角に切る

※13cmを超える魚を使う場合は、中骨を取り除いてください。



最小量 50g 長押し 10秒
最大量 150g 長押し 20秒

大根 刻む

2~3cm角に切る



最大量 250g プッシュ5回+長押し20秒(最適)

攪拌の途中でボウルカバーを開け【ボウル側面についた食材をヘラなどで落とし、再度長押しする】を何度か行くと、より細かな仕上がりになります。

氷 砕く

製氷器で作った3cm角以下の氷



最小量 30g(3cm角の氷2個以上)長押し5秒
最大量 150g(3cm角の氷9個まで)長押し30秒