

RECIPE BOOK.

JUICE & COOKING 휴롬 레시피북



HUROM



**HUROM
SLOW JUICER & BLENDER**

Contents

INTRO

p.06
Chapter 01.
SLOW JUICER RECIPE

원액기 레시피

p.20
Chapter 02.
BLENDER RECIPE

블렌더 레시피

p.34
Chapter 03.
SLOW JUICER & BLENDER
MIXED RECIPE

원액기 + 블렌더 레시피

Chapter 01

SLOW JUICER RECIPE

p.08 내몸을 지키는 파이토케미컬 주스

RED 방울 토마토 주스

YELLOW 파인애플 주스

GREEN 케일 주스

WHITE 사과 주스

PURPLE 적포도 주스

p.12 맛과 영양이 더붙임 혼합 주스

멜론 사과 주스

치아시드 플러스 주스

애플 진저 주스

바질 파인애플 주스

애플민트 주스

p.16 이너뷰티를 위한 건강 주스

오렌지 당근 주스

자몽 파인애플 주스

청포도 배 주스

사과 비트 주스

Chapter 02

BLENDER RECIPE

p.22 든든한 한 끼 대응 스무디

두부 한 끼 스무디

아보카도 스무디

프로틴 웨이크 연두부 요거트

p.24 식탁을 채우는 자연의 채소 스프

커리 토마토 스프

비트 스프

단호박 견과류 라떼

p.26 집에서 즐기는 홈카페 디저트

자두 칠러 슬러시

트로티칼 슬러시

말차 빙수

민트 초코 블렌디드

그린팝 시클

p.31 자연을 담은 드레싱·시즈닝

시금치 페스토

들깨 드레싱

아몬드 잼

천연 조미료

Chapter 03

SLOW JUICER &
BLENDER MIXED RECIPE

p.36 우유 속 달콤과즙 주스밀크

배 바나나 호두 밀크

사과 고구마 아몬드 밀트

사과 파프리카 단호박 밀크

p.38 상큼한 비건우유 소이밀크

당근 소이 밀크

석류 소이 밀크

p.40 휴레 사용 휴롬 쿠키

ABC 동그랑땡

사과 브로콜리 와플

당근 머핀

*주스나 식품은 의약품이 아니므로 질병 치료 효과는 없으며,
단일 영양소나 식품만을 지속적으로 섭취하는 것보다
다양하게 섭취하는 것이 좋습니다.

*본 제품이 치료 효과를 보증하는 것은 아닙니다.



CHAPTER 01

원액기 레시피

SLOW JUICER RECIPE

p.08 내몸을 지키는 파이토케미컬 주스

RED 방울 토마토 주스

YELLOW 파인애플 주스

GREEN 케일 주스

WHITE 사과 주스

PURPLE 적포도 주스

p.12 맛과 영양이 더블업 혼합 주스

멜론 사과 주스

치아시드 플러스 주스

애플 진저 주스

바질 파인애플 주스

애플민트 주스

p.16 이너뷰티를 위한 건강 주스

오렌지 당근 주스

자몽 파인애플 주스

청포도 배 주스

사과 비트 주스

CHERRY TOMATO JUICE

방울토마토 주스 #RED

INGREDIENTS

방울 토마토

INSTRUCTIONS

1. 방울 토마토의 꼭지를 떼어내고 흐르는 물에 깨끗이 씻는다.
2. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.

TIP. 방울토마토는 걸쭉하므로 포도나 배와 함께 착즙하면 수분감 가득한 주스를 즐길 수 있습니다.



PINEAPPLE JUICE

파인애플 주스 #YELLOW

INGREDIENTS

파인애플

INSTRUCTIONS

1. 파인애플의 겉껍질을 제거한 후, 세로로 동강 낸다.
2. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.

TIP. 덜 익은 파인애플은 산이 많아 많은 양을 먹으면 입안이 상할 수 있으니 충분히 후숙한 후 드세요.





KALE JUICE

케일 주스 #GREEN

1. 케일을 깨끗이 씻어 3cm 이내로 자른다.
2. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후 착즙한다.

TIP. 배와 함께 착즙하면 배의 수분과 당도가 케일의 쓴맛을 순화 시켜 줍니다.

APPLE JUICE

사과 주스 #WHITE

1. 사과를 껍질째 깨끗이 씻어 호퍼에 들어갈 크기로 자른다.
2. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후 착즙한다.

TIP. 사과는 갈변이 빠른 편이므로 착즙 후 신선할 때 마시는 것이 좋습니다. 11월 품종인 부사 품종이 주스 재료로 가장 적합합니다.



RED GRAPE JUICE

적포도 주스 #PURPLE

1. 적포도를 알알이 떼어내어 흐르는 물에 씻는다.
2. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후 착즙한다.

MELON APPLE JUICE

멜론사과 주스

INGREDIENTS

멜론 200g,
사과 130g,
청경채 50g,
셀러리 50g

INSTRUCTIONS

1. 멜론의 겉껍질을 제거한 후, 호퍼에 들어갈 크기로 손질한다.
2. 사과를 깨끗하게 씻어 호퍼에 들어갈 크기로 손질한다.
3. 청경채와 셀러리는 깨끗하게 씻은 후 3cm 길이로 썰어 준비한다.
4. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.

TIP. 멜론은 하미과로 대체 가능합니다.



CHIA SEED JUICE

치아시드 주스

INGREDIENTS

치아시드 10g,
사과 150g,
레몬 50g,
오이 70g,
셀러리 50g

INSTRUCTIONS

1. 레몬의 겉껍질을 제거해 준다.
2. 사과와 오이는 호퍼에 들어갈 수 있는 크기로 손질한다.
3. 셀러리는 깨끗하게 씻은 후 3cm 길이로 썰어 준비한다.
4. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.
5. 착즙된 주스에 치아시드를 붓고 잘 저어준다.





BASIL PINEAPPLE JUICE

바질 파인애플 주스

바질4g, 파인애플220g, 청포도100g, 시금치40g

1. 파인애플의 겉껍질을 깨끗이 벗기고 세로로 동강내어 손질한다.
2. 청포도는 알알이 떼어 깨끗이 씻고, 시금치와 바질은 3cm 길이로 잘라준다.
3. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.

APPLE GINGER JUICE

애플 진저 주스

사과280g, 생강5g, 파인애플120g

1. 파인애플과 생강의 겉껍질을 벗기고 호퍼에 들어갈 크기로 세로로 동강내어 준다.
2. 사과를 깨끗이 씻어 호퍼에 들어갈 크기로 동강낸다.
3. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.



APPLE MINT JUICE

애플민트 주스

애플민트3g, 케일60g, 청포도330g

1. 청포도는 알알이 떼어내어 깨끗이 씻고 애플민트와 케일은 3cm 길이로 잘라준다.
2. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후 착즙한다.

ORANGE CARROT JUICE

오렌지 당근 주스

INGREDIENTS

오렌지 200g,
당근 100g,
사과 140g

INSTRUCTIONS

1. 오렌지의 겉껍질을 벗기고 호퍼에 들어갈 크기로 손질한다.
2. 당근과 사과는 깨끗이 씻어 세로로 동강내어 준비한다.
3. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.



GRAPEFRUIT PINEAPPLE JUICE

자몽 파인애플 주스

INGREDIENTS

자몽 100g,
오렌지 70g,
파인애플 180g,
당근 20g

INSTRUCTIONS

1. 자몽과 오렌지, 파인애플의 겉껍질을 깨끗이 벗기고 호퍼에 들어갈 크기로 세로로 동강내어 준비한다.
2. 당근은 깨끗이 씻어 세로로 동강내어 준비한다.
3. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.



GREEN GRAPE PEAR JUICE

청포도 배 주스

INGREDIENTS

배 109g,
신선초 134g,
청포도 118g

INSTRUCTIONS

1. 청포도는 알알이 떼어내어 깨끗이 씻고 배는 호퍼에 들어갈 크기로 손질한다.
2. 신선초는 3cm 길이로 잘라준다.
3. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.



APPLE BEET JUICE

사과 비트 주스

INGREDIENTS

비트 20g,
사과 350g,
레몬 20g

INSTRUCTIONS

1. 비트와 레몬의 겉껍질을 벗기고 세로로 동강내어 준비한다.
2. 사과는 깨끗이 씻어 호퍼에 들어갈 수 있는 크기로 세로로 동강내어 준비한다.
3. 호퍼에 손질한 재료를 넣고 호퍼 뚜껑을 닫은 후, 착즙한다.





CHAPTER 02

블렌더 레시피 BLENDER RECIPE

p.22 든든한 한 끼 대응 스무디

두부 한 끼 스무디
아보카도 스무디
프로틴 셰이크 연두부 요거트

p.24 식탁을 채우는 자연의 채소 스프

커리 토마토 스프
비트 스프
단호박 견과류 라떼

p.26 집에서 즐기는 홈카페 디저트

자두 칠러 슬러시
트로티칼 슬러시
말차 빙수
민트 초코 블렌디드
그린팝 시클

p.31 자연을 담은 드레싱·시즈닝

시금치 페스토
들깨 드레싱
아몬드 잼
천연 조미료



TOFU PECAN SMOOTHIE

두부 한 끼 스무디

SMOOTHIE Mode 55초

두부 100g, 아몬드 50g, 피칸 50g, 흑임자 1T, 꿀 2T, 무가당두유 300ml, 얼음 100g

1. 두부를 3등분으로 자른다.
2. 용기에 모든 재료를 넣고 [SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

TIP. 피칸 대신 호두를 사용하셔도 좋습니다.

[SOUP] 모드를 사용하시면 따뜻하게 드실 수 있습니다.

AVOCADO SMOOTHIE

아보카도 스무디

SMOOTHIE Mode 55초

아보카도 130g, 비나나 120g, 올리고당 2T
우유 100ml, 얼음 120g

1. 아보카도를 반으로 잘라 씨와 껍질을 제거한다.
2. 용기에 모든 재료를 넣고 [SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

TIP. 냉동 아보카도를 사용하셔도 좋습니다.



TOFU PROTEIN SMOOTHIE

프로틴 셰이크 연두부 스무디

SMOOTHIE Mode 55초

연두부 110g, 냉동 블루베리 100g, 아보카도 60g, 아몬드 30g
요거트 300ml, 물 100ml 꿀 2T

1. 용기에 모든 재료를 넣고 [SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.



CURRY TOMATO SOUP

커리 토마토 스프

SOUP Mode 7분 30초

토마토 500g 샐러리 30g 양파 20g, 마늘 한쪽, 아보카도 1/4개, 카레가루 1ts, 소금 1/4ts, 후추 약간, 올리브오일 기호에 맞게

1. 토마토의 꼭지를 제거해 4등분 한다.
2. 아보카도는 씨를 제거하고 껍질을 벗겨준다.
3. 용기에 올리브오일을 제외한 재료를 넣고 [SOUP] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
4. 올리브 오일을 기호에 맞게 곁들인다.

TIP. 완성 후 내용물이 뜨거울 수 있으니 주의하세요.

BEET SOUP

비트 스프

SOUP Mode 7분 30초

비트 300g, 양파 100g, 물 100ml, 소금, 후추 약간

1. 양파, 비트는 껍질을 제거 후 적당한 크기로 자른다.
2. 용기에 모든 재료를 넣고 [SOUP] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
3. 기호에 맞게 올리브오일 혹은 요거트를 곁들인다.

TIP. 완성 후 내용물이 뜨거울 수 있으니 주의하세요.

SWEET PUMPKIN NUT MIKL

단호박 견과류 라떼

SOUP Mode 7분 30초

단호박 300g, 호두 20g, 우유 300ml, 물 100ml, 꿀 2T

1. 단호박을 껍질과 씨를 제거한 후 적당한 크기로 자른다.
2. 전자레인지에 자른 단호박을 익혀준다.
3. 용기에 꿀을 제외한 모든 재료를 넣고 [SOUP] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다. 기호에 맞게 꿀을 곁들인다.

TIP. 우유의 양으로 기호에 맞는 농도를 선택하세요.
완성 후 내용물이 뜨거울 수 있으니 주의하세요.



PLUM ICE CHILLER

자두 칠러 | ICE CRUSH Mode 50초

INGREDIENTS

자두청 400g,
얼음 200g

INSTRUCTIONS

1. 용기에 모든 재료를 넣고 [ICE CRUSH] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

TIP. 자두청 레시피(자두 3.5kg / 설탕 1kg / 물 1L)

1. 자두의 씨를 제거한 후 초승달 모양으로 썰어준다.
2. 냄비에 물과 설탕을 넣어 끓인 후 자두를 넣어준다.
3. 뚜껑을 닫아 하룻밤 실온에 보관 한 후 다음 날 냉장 보관한다.



TROPICAL SLUSHIE

트로피칼 슬러시 | ICE CRUSH Mode 50초

INGREDIENTS

패션후르츠과육 70g,
바나나 120g,
망고 150g,
오렌지주스 300ml,
얼음 200g

INSTRUCTIONS

1. 패션후르츠, 바나나, 망고의 껍질을 제외하고 과육을 준비한다.
2. 용기에 모든 재료를 넣고 [ICE CRUSH] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

TIP. 냉동 패션후르츠를 사용할일 경우 해동 후 과육만 사용해 주세요.



MATCHA ICE FLAKES

말차 빙수 | ICE CRUSH Mode 50초

INGREDIENTS

얼음 200g,
연유 3T,
팥빙수 조림 팥 3T,
말차 파우더 약간

INSTRUCTIONS

1. 물기가 없는 블렌더 용기에 얼음을 넣고 [ICE CRUSH] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
2. 분쇄한 얼음에 연유와 말차가루를 충분히 올려준후 팥을 얹어낸다.

TIP. 단단한 얼음이 분쇄시 용이합니다.
놀름봉을 사용하시면 더 쉽게 분쇄됩니다.



MINT CHOCOLATE BLENDED

민트 초콜렛 블렌디드 | ICE CRUSH Mode 50초

INGREDIENTS

오레오 5개,
바닐라아이스크림
100g, 얼음 200g,
우유 200ml,
민트색 식용색소/
민트향 에센스
한방울

INSTRUCTIONS

1. 우유에 식용색소와 민트에센스를 넣어 민트맛 우유를 만든다. 지퍼백에 오레오를 넣고 부숴준다.
2. 오레오를 제외한 재료를 넣고 [ICE CRUSH]모드 선택 후
3. [START]버튼을 누른다.
4. 부순 오레오를 넣고 저속으로 살짝 갈거나 얹어낸다.

TIP. 오레오가 아닌 다른 종류의 초콜릿쿠키를 사용해도 좋습니다.



GREEN POPSICLE

그린 팝시클 | GRIND Mode 40초

INGREDIENTS

파인애플 300g,
바나나 130g,
시금치 40g,
오렌지주스 200ml,
코코넛워터 100ml

INSTRUCTIONS

1. 용기에 모든 재료를 넣고 [GRIND] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
2. 아이스크림 몰드에 넣고 6시간 이상 얼려준다.

TIP. 구비된 아이스크림 몰드가 없다면 종이컵을 사용해보세요.



SPINACH PESTO

시금치 페스토 | GRIND Mode 40초

INGREDIENTS

시금치 50g,
아몬드 12g,
잣 20g, 소금 한꼬집,
파마산
치즈 덩어리 50g,
올리브오일 140ml

INSTRUCTIONS

1. 시금치를 끓는 물에 살짝 데쳐내어 썰어준다.
2. 잣과 아몬드는 팬에 한 번 볶아준다.
3. 용기에 모든 재료를 넣고 [GRIND] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

TIP. 파마산 치즈의 염분을 고려하여 소금은 기호에 맞게 조절해 주세요.





PERILLA SEEDS DRESSING

들깨 드레싱

GRIND Mode 40초

들깨가루 3T, 설탕 2T, 꿀 1/2T, 땅콩 버터 1T, 식초 2T, 마요네즈 3T, 배즙 2T

1. 용기에 모든 재료를 넣고 [GRIND] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

ALMOND BUTTER

아몬드 잼

GRIND Mode 40초 → SOUP Mode 7분 30초

구운아몬드 300g, 소금 약간, 올리브 오일 7T

1. 아몬드를 용기에 넣고 [GRIND] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
2. 1에 소금과 올리브오일을 넣고 [SOUP] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.

TIP. 생아몬드 사용 시, 180~200도 온도의 오븐에서 10~15분 구워내거나 후라이팬 약불로 볶아서 사용해주세요.

NATURE SEASONING

천연 조미료

GRIND Mode 40초

말린 버섯, 건새우, 말린 멸치, 황태포

1. 각각의 재료를 넣고 [GRIND] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
2. 기호에 따라 배율 하여 천연 조미료를 만든다.

TIP. 재료를 팬에 살짝 볶은 후 분쇄하면 입자가 곱고 보관 시 습기 조절에 용이합니다.
건 재료의 경우 100g 미만으로 갈아주세요.





CHAPTER 03

원액기+블렌더 레시피

SLOW JUICER & BLENDER MIXED RECIPE

p.36 우유 속 달콤과즙 주스밀크

배 바나나 호두 밀크

사과 고구마 아몬드 밀트

사과 파프리카 단호박 밀크

p.38 상큼한 비건우유 소이밀크

당근 소이 밀크

석류 소이 밀크

p.40 휴레 사용 휴롬 쿠키

ABC 동그랑땡

사과 브로콜리 와플

당근 머핀



PEAR BANANA MILK

배 바나나 호두 밀크

SMOOTHIE Mode 55초 + 원액기 착즙
배 300g, 바나나 80g, 우유 200ml, 호두5알

1. 배의 씨와 꼭지를 제거해 준다.
2. 블렌더 용기에 바나나, 우유, 호두를 넣고
[SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
3. 원액기 드럼을 장착하여 배를 착즙한다.
4. 만들어 놓은 2의 바나나 호두밀크에 배 착즙주스를 혼합해 준다.

SWEET POTATO APPLE MILK

사과 고구마 아몬드 밀크

SMOOTHIE Mode 55초 + 원액기 착즙
사과 350g, 삶은 고구마 50g, 우유 200ml, 아몬드 10알

1. 사과의 씨와 꼭지를 제거해 준다.
2. 블렌더 용기에 고구마, 우유, 아몬드를 넣고
[SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
3. 원액기 드럼을 장착하여 사과를 착즙한다.
4. 만들어 놓은 2의 고구마아몬드 밀크에 사과 착즙 주스를
혼합해 준다.



SWEET PUMPKIN APPLE MILK

사과 파프리카 단호박 밀크

SMOOTHIE Mode 55초 + 원액기 착즙
사과 270g, 파프리카 100g, 삶은 단호박 50g, 우유 200ml

1. 사과의 씨와 꼭지를 제거해 준다.
2. 블렌더 용기에 단호박, 우유를 넣고 [SMOOTHIE] 모드 선택 후
[START] 버튼을 누른다.
3. 원액기 드럼을 장착하여 사과를 착즙한다.
4. 만들어 놓은 2의 단호박 밀크에 사과 착즙주스를 혼합해 준다.

CARROT SOY MILK

당근 소이 밀크 | SMOOTHIE Mode 55초 + JUICER Mode

INGREDIENTS

당근 400g,
삶은 콩 100g,
물 200ml

INSTRUCTIONS

1. 콩을 6시간 정도 불려 3배의 물에 20분간 삶아낸다.
2. 블렌더 용기에 삶은 콩과 물을 넣고 [SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
3. 착즙기 드럼을 장착하여 당근을 착즙해준다.
4. 만들어 놓은 2의 소이 밀크에 당근 착즙 주스를 부어준다.

TIP. 물 대신 삶은 콩물 또는 우유를 사용해도 좋습니다.
충분한 양의 두유를 만든 후 다양한 주스와 혼합해 드셔보세요!



POMEGRANATE SOY MILK

석류 소이 밀크 | SMOOTHIE Mode 55초 + JUICER Mode

INGREDIENTS

석류알 300g,
삶은 콩 100g,
물 200ml

INSTRUCTIONS

1. 석류의 알을 분리하여 준비한다.
2. 블렌더 용기에 삶은 콩과 물을 넣고 [SMOOTHIE] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
3. 착즙기 드럼을 장착하여 석류를 착즙해준다.
4. 만들어 놓은 2의 소이 밀크에 석류 착즙 주스를 혼합해 준다.

TIP. 냉동 석류 사용 시 꼭 해동하여 착즙해주세요.





ABC Veggie Ball

ABC 동그랑땡

GRIND Mode 40초 + JUICER Mode

ABC JUICE INGREDIENTS

당근 1개 : 사과 1개 : 비트 1/4개

ABC VEGGIE BALL INGREDIENTS

ABC주스 휴레 160g, 두부 200g, 표고버섯 50g, 계란 3개, 쪽파 20g, 소금/후추 기호에 맞게

INSTRUCTIONS

JUICER MODE

1. 원액기 드럼을 장착하여 당근 1개, 사과 1개, 비트 1/4개의 비율로 착즙한다.

BLENDER MODE

1. 착즙기로 만든 ABC주스 휴레를 준비하고 쪽파를 잘게 썰어 섞어준다.
2. 블렌더 용기에 표고버섯, 두부를 넣어 [GRIND] 모드 선택 후 [START] 버튼을 누른다.
3. 볼에 모든 재료를 넣어 고루 섞어준 후 모양을 만들어 팬에 구운다.

TIP. 블렌더 모드 사용 시 놀림봉을 사용하면 더 쉽게 분쇄됩니다.



Carrots

Muffins

당근 머핀

MANUAL Mode 20초 + JUICER Mode

CARROTS JUICE INGREDIENTS

당근 1~2개(200g)

CARROTS MUFFINS INGREDIENTS

당근즙 50ml, 당근 휴레 100g, 머핀 믹스파우더 250g, 계란 2개, 식용유 60ml

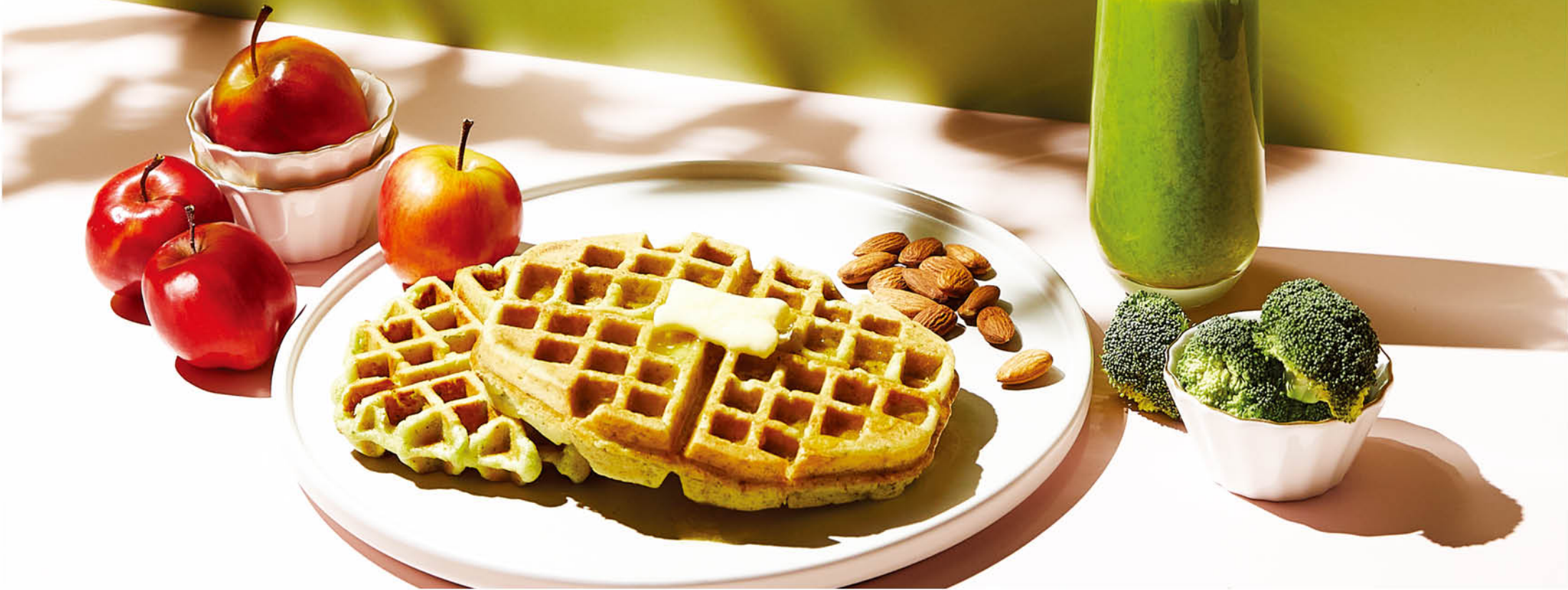
INSTRUCTIONS

JUICER MODE

1. 원액기 드럼을 장착하여 당근을 착즙한다.

BLENDER MODE

1. 블렌더 용기에 당근즙, 계란, 식용유, 머핀 믹스파우더, 당근 휴레를 차례로 넣어준다.
2. [MANUAL] 모드 선택 후 중속으로 20~30초간 고루 섞어준다.
3. 반죽을 머핀틀에 부어 에어프라이어에 180°C로 20분간 구운다.



Apple Broccoli Waffle

사과 브로콜리 와플

MANUAL Mode 20초 + JUICER Mode

APPLE BROCCOLI JUICE INGREDIENTS

사과 1개, 브로콜리 1개

APPLE BROCCOLI WAFFLE INGREDIENTS

사과/브로콜리즙 120ml, 사과/브로콜리 휴레 70g, 와플 믹스파우더 250g, 계란 1개, 식용유 60ml

INSTRUCTIONS

JUICER MODE

1. 원액기 드럼을 장착하여 사과 1개, 브로콜리 1개를 착즙한다.

BLENDER MODE

1. 사과와 브로콜리를 착즙하여 즙과 휴레를 준비한다.
2. 블렌더 용기에 즙, 계란, 식용유, 와플 믹스파우더, 휴레를 차례로 넣고 [MANUAL] 모드 선택 후 중속으로 20~30초간 고루 섞어준다.
3. 반죽을 예열된 와플 팬에 부어 약한 불에 각 면을 2분~2분 30초간 구운다.

TIP. 즙(주스) 음용을 원할 경우, 와플 반죽에는 물을 넣어도 좋습니다.

HUROM



www.globalhurom.com | **MADE IN KOREA**
Copyright © All Rights Reserved by HUROM