

RECIPE BOOK

휴롬 레시피북



HUROM

건강함을 지닌 자연의 재료,
휴롬은 자연을 가장 건강하게
먹을 수 있는 방법에 대해 고민합니다.

자연 본연의 맛과 향을 간직하고
자연의 건강한 힘을 그대로 지닌,
따뜻한 건강 음료를 전달하려 합니다.

휴롬이 건네는 따뜻한 TEA 한 잔,
따뜻한 건강함을 느껴보세요.



사용 전 알아보기

레시피 활용 전,

안전한 사용을 위해 반드시 읽고 사용설명서를 숙지해주세요.

유리 본체의 물 최대 용량은 500ml 입니다.

용량을 초과하면 물이 끓어 넘칠 수 있으니,

유리 본체에 표기된 MAX 용량을 꼭 확인해주세요.

모드가 완료된 후 재료를 건져 냅니다.

자동 보온 상태에서 재료를 우려면

더 진한맛의 차를 즐길 수 있습니다.

온도가 100°C에 도달하면 가열 세기가 자동 조절됩니다.

모드 작동 시 100°C 온도를 유지하기

위해 끓고 멈추고를 자동 반복합니다.

사용 전 알아보기

계량 기준

1컵 200ml · 1T 15ml · 1ts 5ml

레시피에 안내된 재료 용량을 따르지 않으면,

맛이 달라질 수 있습니다.

한방차 / 과일차 · 블렌딩차는

질병의 치료 예방을 위한 의약품이 아닙니다.

임신부 또는 지병이 있는 분들은

전문가와 상담 후 사용해 주시기 바랍니다.

CONTENTS

Prologue

레시피 Guide

우림

08 레드믹싱블

09 시크릿 가든

10 윈터그린티

11 굿모닝 애플티

12 청굴청차

13 블루베리 레몬청차

14 뱅쇼

16 오미자차

17 도라지차

18 상황버섯차

19 기운차

CONTENTS

가열

22 분유물 / 우유 데우기

23 차 / 꿀물 데우기

24 작설차

25 홍차

26 루이보스

27 히비스커스

28 메리골드 꽃차

29 장미꽃차

30 버터플라이피 아이스티



레드믹싱볼

과일에 풍부한 비타민 c와 건조비트의 조합으로 항산화력이 높은 차.
오렌지, 귤과 같은 상큼한 과일과 함께 우려 비트 특유의 맛과 향을 보완할 수 있는 차입니다.

INGREDIENTS재료

오렌지	60g	건조비트	1g
키위	30g	감초	0.1g
귤	20g	물	400ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/10분]을 선택후 [사작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.
- 2 완료 후 재료를 건져 냅니다.

시크릿 가든

캐모마일은 심신을 편안하게 해 주어 피로 회복에 좋습니다.

INGREDIENTS재료

파인애플	50g	캐모마일	티백1개
키위	30g	물	400ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 파인애플, 키위, 물을 넣고 [우림/10분]을 선택후 [사작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 캐모마일티백을 넣어 3분간 우려줍니다
- 3 완료 후 티와 재료를 건져 냅니다.



윈터그린티

생강을 블렌딩하여 녹차가 지닌 차가운 성질을 중화시켜 겨울에도 편히 먹을 수 있도록 만든 차입니다.

INGREDIENTS재료

배	50g	녹차	티백 1개
생강	3g	물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 배, 생강, 물을 넣고 [우림/10분]을 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.
- 2 종료후 뚜껑을 열어 녹차티백을 넣어 3분간 우려줍니다
- 3 완료 후 티와 재료를 건져 냅니다.

굿모닝 애플티

은은한 사과향과 시나몬 향이 어우러져 우유를 넣지 않고도 스트레이트 티로 가볍게 마실수 있는 홍차입니다.

INGREDIENTS재료

사과	50g	홍차	티백1개
시나몬	1g	물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물, 사과, 시나몬을 넣고 [우림/10분]을 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 홍차티백을 넣어 3분간 우려줍니다
- 3 완료 후 티와 재료를 건져 냅니다.



청귤청차

키로티노이드 성분이 많은 청귤은 면역력을 높여 감기 예방에 좋습니다.

INGREDIENTS재료

청귤청	5T
물	400ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/10분]을 선택합니다.
- 2 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.

TIP 기호에 맞게 [데우기 60°C]모드로 따뜻하게 드셔도 좋습니다.



블루베리 레몬청차

블루베리의 안토시아닌과 레스베라트롤은 항산화 작용이 높아 노화로부터 눈 건강을 지켜줄 수 있습니다.

INGREDIENTS재료

블루베리 레몬청	5T
물	400ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/10분]을 선택합니다.
- 2 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.

TIP 기호에 맞게 [데우기 60°C]모드로 따뜻하게 드셔도 좋습니다.



뱅쇼

뱅쇼의 대표적인 효능은 피로회복과 감기예방으로
'유럽식 생화탕'으로 인기를 얻고 있습니다.

INGREDIENTS 재료

레드와인	300ml	레몬/오렌지	각1/2개
사과(소)	1/2개	시나몬스틱	1개

INSTRUCTIONS 제조방법

- 1 용기에 모든재료를 넣고 [우림/10분]모드를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.
- 2 알코올 성분이 날아가도록 뚜껑은 열어둡니다.
- 3 완성 후 기호에 맞게 설탕이나 꿀로 단맛을 추가합니다.

TIP 기호에 따라 팔각이나 정향을 추가 하셔도 좋습니다. 600ml를 넘지않게 해주세요.



오미자차

오미자는 단맛, 신맛, 쓴맛, 짠맛, 매운맛 '오미'를 지녔으며 특히 간 건강에 도움을 주는 시잔드린이 많아 화식이 잦은 직장인에게 추천하는 차입니다.

INGREDIENTS재료

오미자 4g
물 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/10분]을 선택합니다.
- 2 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.



도라지차

사포닌이 풍부한 도라지를 이용해 만든 차로 일교차가 큰 환절기에 마시기 좋으며 은은하고 달달한 풍미를 지닌 차입니다.

INGREDIENTS재료

도라지 3g
물 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/45분]을 선택합니다.
- 2 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.



상황버섯차

상황버섯은 면역력 향상과 암 예방에 효과적이고 알려져 있으며
순하고 담백한 맛을 지니고 있어 부담없이 즐기 좋은 차입니다.

INGREDIENTS재료

상황버섯	2g	감초	1g
대추	2g	물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/90분]을 선택합니다.
- 2 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.



기운차

힘든 일상에 지친 사람들의 원기를 회복하고, 기분좋은 에너지를 전달해주는 차입니다.

INGREDIENTS재료

인삼	1g	감초	1g
백출	0.5g	물	500ml
복령	0.5g		

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 모든 재료를 넣고 [우림/90분]을 선택합니다.
- 2 [시작/정지]버튼을 눌러 끓여줍니다.



일상의 여유
차 한잔으로 시작하세요

HUROM



분유물 데우기

INGREDIENTS재료

물 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

용기에 물을 넣어 [가열/40℃]를 선택 후

[시작/정지]버튼을 눌러준다.



꿀물 데우기

INGREDIENTS재료

꿀 4T

물 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

용기에 물과 꿀을 넣어 [가열/60℃]를 선택 후

[시작/정지]버튼을 눌러준다.



우유 데우기

INGREDIENTS재료

우유 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

용기에 우유를 넣어 [가열/40℃]를 선택 후

[시작/정지]버튼을 눌러준다.



차 데우기

INGREDIENTS재료

차 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

용기에 차를 넣어 [가열/60℃]를 선택 후

[시작/정지]버튼을 눌러준다.



작설차

작고 심세한 찻잎과 어린 새싹이 참새의 혀바닥을 닮았다 하여 "작설"이라고 불립니다. 카테킨이 많아 심혈관질환 예방과 체중 조절에 좋습니다.

INGREDIENTS재료

작설 녹차	4g
물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 티백 or 티망에 티를 담아 3분간 우려줍니다.
- 3 완료후 티는 건져 냅니다.

TIP 잎차를 우릴경우 분쇄과정에서 작은 부스러기가 많이 별도의 티백이나 티망을 이용하시는 것이 좋습니다.



홍차

기문홍차는 세계3대 홍차로 향이 매우 독특하여 난초의 향에 비견될 정도입니다. 폴리페놀이 많아 항산화 효과가 매우 높습니다.

INGREDIENTS재료

기문홍차	4g
물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 티백 or 티망에 티를 담아 3분간 우려줍니다.
- 3 완료후 티는 건져 냅니다.

TIP 차를 너무 오래 우릴경우 특유의 떫은 맛이 강해 3분 정도가 가장 적당합니다.



루이보스

루이보스는 카페인 성분이 없는 디카페인 허브로 떫은 맛을 내는 탄닌의 함량도 매우 낮아 부담없이 마실 수 있습니다. 퀘르세틴이 많은 루이보스는 알레르기 반응 억제에도 도움을 줍니다.

INGREDIENTS재료

루이보스 3g
물 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 티백 or 티망에 티를 담아 3분간 우려줍니다.
- 3 완료후 티는 건져 냅니다.

TIP 허브란 보통 건강이나 미용에 도움이 되는 향기가 있는 식물로 많이 사용되고 있습니다.



히비스커스

히비스커스는 안토시아닌이 많아 눈의 피로 개선에 도움을 주고 하이드록시시트릭산(HCA)이 함유되어 체지방을 감소하는데 도움을 줍니다.

INGREDIENTS재료

히비스커스 3g
물 500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 티백 or 티망에 티를 담아 3분간 우려줍니다.
- 3 완료후 티는 건져 냅니다.

TIP 잎차를 우릴경우 분쇄과정에서 작은 부스러기가 많이 별도의 티백이나 티망을 이용하시는 것이 좋습니다.



메리골드 꽃차

메리골드 꽃차에는 루테인, 제아잔틴이 많아 시력을 보호하고 노화로 인한 눈 질환 예방에도 도움을 줍니다.

INGREDIENTS재료

메리골드 꽃(大)	2개
물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 꽃잎을 넣어 3분~5분간 우려줍니다.
- 3 완료 후 꽃잎을 건져 냅니다.



장미꽃차

장미꽃은 폴리페놀과 같은 항산화 성분이 풍부하여 면역력 강화 및 피로회복에 좋습니다.

INGREDIENTS재료

작은장미송이	4개
물	500ml

INSTRUCTIONS제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 꽃잎을 넣어 3분~5분간 우려줍니다.
- 3 완료 후 꽃잎을 건져 냅니다.



밀크티

홍차는 스트레스 호르몬이라고 알려진 코르티솔의 분비를 억제하여 스트레스 완화에 도움이 됩니다.

INGREDIENTS 재료

물	200ml	우유	200ml
홍차티백	4개(또는 홍차8g)	설탕	2T

INSTRUCTIONS 제조방법

- 1 용기에 물 200ml를 넣고 [가열/100°C]를 선택후 [시작/정지]버튼을 눌러 물을 끓여줍니다.
- 2 종료 후 뚜껑을 열어 티백 or 티망에 티를 담아 3분간 우린후 티는 건져 냅니다.
- 3 우유와 설탕을 넣어 저어준 후 [가열 60°C]모드를 선택하여 데워줍니다.

TIP 밀크티의 경우 우유가 들어가 60°C에 오래두면 바닥이 눌수 있으니 데운 후 바로 섭취해주세요.



버터플라이피 아이스티

집은 파란색의 버터플라이피티는 항산화 효과가 높은 안토시아닌 보충에 좋습니다.

INGREDIENTS 재료

버터플라이피	12송이	레몬	한조각
물	500ml	탄산수	200ml

INSTRUCTIONS 제조방법

- 1 용기에 물 500ml를 넣고 [사작/정지]버튼을 누른후 [가열/100°C]를 선택하여 물을 끓여줍니다.
- 2 물이 끓은 후 뚜껑을 열어 버터플라이피를 넣고 5분간 우린 후 건져낸 후 한김 식혀 줍니다.
- 3 얼음 트레이에 넣어 얼려 준 뒤 컵에 탄산수와 레몬을 넣어주고 얼린 버터플라이피차를 넣어 완성합니다.

TIP 기호에 따라 꿀을 첨가하셔도 좋습니다.

당신에게
따뜻한 차 한잔을
건넵니다.

소중한 사람들과
함께 나누세요.

HUROM



HUROM

www.hurom.co.kr

휴롬고객센터 1544-7011

Copyright © All Rights Reserved by HUROM