

NUTREX PRESS™ JUICER



USE & CARE

USO Y MANTENIMIENTO

การใช้และบำรุงรักษา



Russ Zylstra
Chairman of the Board

Benjamin Zylstra
Chief Executive Officer

Congratulations!

on your purchase of the
**RENA WARE NUTREX PRESS™
JUICER!**

We at Rena Ware are happy to provide the finest products to help people enjoy a healthier lifestyle. With your Nutrex Press™, you can create deliciously fresh and healthy juices with all their richness and nutritional value. You can also use the Nutrex Press™ to prepare nut milks, soymilk, even tofu. We know you will enjoy the many benefits of juicing with your Nutrex Press™. Happy juicing!

Benjamin Zylstra
Chief Executive Officer/Jefe Ejecutivo

¡Felicidades por la compra del Extractor de jugo NUTREX PRESS!™

En Rena Ware nos complace ofrecer solo los mejores productos que ayuden a las personas a tener un estilo de vida más saludable. Con su Extractor de jugo Nutrex Press™, podrá hacer jugos saludables y deliciosos y conservar todas sus propiedades y su valor nutricional. También podrá usar el Extractor de jugo Nutrex Press™ para hacer leche de frutos secos, leche de soja y hasta tofu.

Estamos seguros de que disfrutará de todos los beneficios de los jugos con su Extractor de jugo Nutrex Press™. ¡Disfrute haciendo jugos!

ขอแสดงความยินดี! ที่ท่านได้ซื้อเครื่องคั้นแยกกาก นูเทร็กซ์™ ขอรินา-แวร์

รินา-แวร์มีความยินดีที่จะมอบสิ่งที่ดีที่สุดเพื่อช่วยให้ทุกคนมีชีวิตที่มีสุขภาพดีขึ้น เครื่องคั้นแยกกากขอท่านจะให้ท่านได้รับเครื่องคั้นน้ำผักผลไม้ที่สดสะอาดและอร่อย อุดมด้วยสารอาหารโภชนาการ นอกจากนี้คุณยังสามารถใช้เครื่องคั้นแยกกากนี้ทำน้ำนมถั่วเหลืองและเต้าหู้ได้อีกด้วย รินา-แวร์ทราบดีว่าคุณจะมีความสุขกับน้ำผักผลไม้ที่ได้รับจากเครื่องคั้นแยกกากนี้

ขอให้มีความสุขครับ

Contents (EN) 4-16
 Contenido (ES) 16-29
 สารบัญ (TH) 30-42

CONTENTS

Benefits of Juicing 5
The Nutrex Press Juicer 5
Safety Precautions..... 6
Product Diagram 7
Assembly 8
Operation 8
Selecting and Preparing Your Produce..... 9
Juice Recipes 10
How to Make Nut Milk 11
How to Make Soy Milk 12
How to Make Tofu..... 13
Vitamins and Minerals Chart 14
Maintenance..... 15
Troubleshooting 15
Servicing Your Rena Ware Nutrex Press™ 16
Warranty..... 16

Juicing Benefits

Making your own homemade juices from fresh fruits and vegetables has several benefits. Fruits and vegetables are an important source of vitamins, minerals, and other nutrients necessary for vitality and good health.

Besides giving you the most nutritional value without added sugars, preservatives, and artificial flavors, homemade juices contain more fiber because you can juice most fruits and vegetables whole, including skin, rind, and pulp. You can also make your own fruit and vegetable combinations to get the nutrition and flavor combinations you want.

According to the United States Department of Agriculture, the World Health Organization, and other health organizations around the world, people who eat a diet rich in fruits and vegetables are likely to reduce their risk of developing diseases such as diabetes, stroke, heart disease, and certain cancers.^{1,2} Juicing is an economical, nutritious, and delicious way to get the recommended number of servings for fruits and vegetables, every day!

The Nutrex Press™ Juicer

The Nutrex Press™ is suitable for preparing fruit, vegetable and legume juices, as well as soy and almond milk.

With its cold pressed juice extraction system, the Nutrex Press™ retains more nutrients, vitamins and minerals, natural colors and flavors from fruits and vegetables when compared with conventional juicers.

The pulp that is expelled from the produce you use is much drier than with conventional juicers. This means you get more juice from your produce. This can save you money at the grocery store and produce stand.

The juice you end up with retains more pulp. Because pressed juices do not separate, they retain more fiber and even a little protein.

Rena Ware's Nutrex Press™ Juicer is easy to clean and is quieter than conventional juicers.



1. USDA ChooseMyPlate.gov, "Why Is It Important To Eat Vegetables?" <http://goo.gl/8wkgT>
 2. World Health Organization, "Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health" <http://goo.gl/97TMjX>



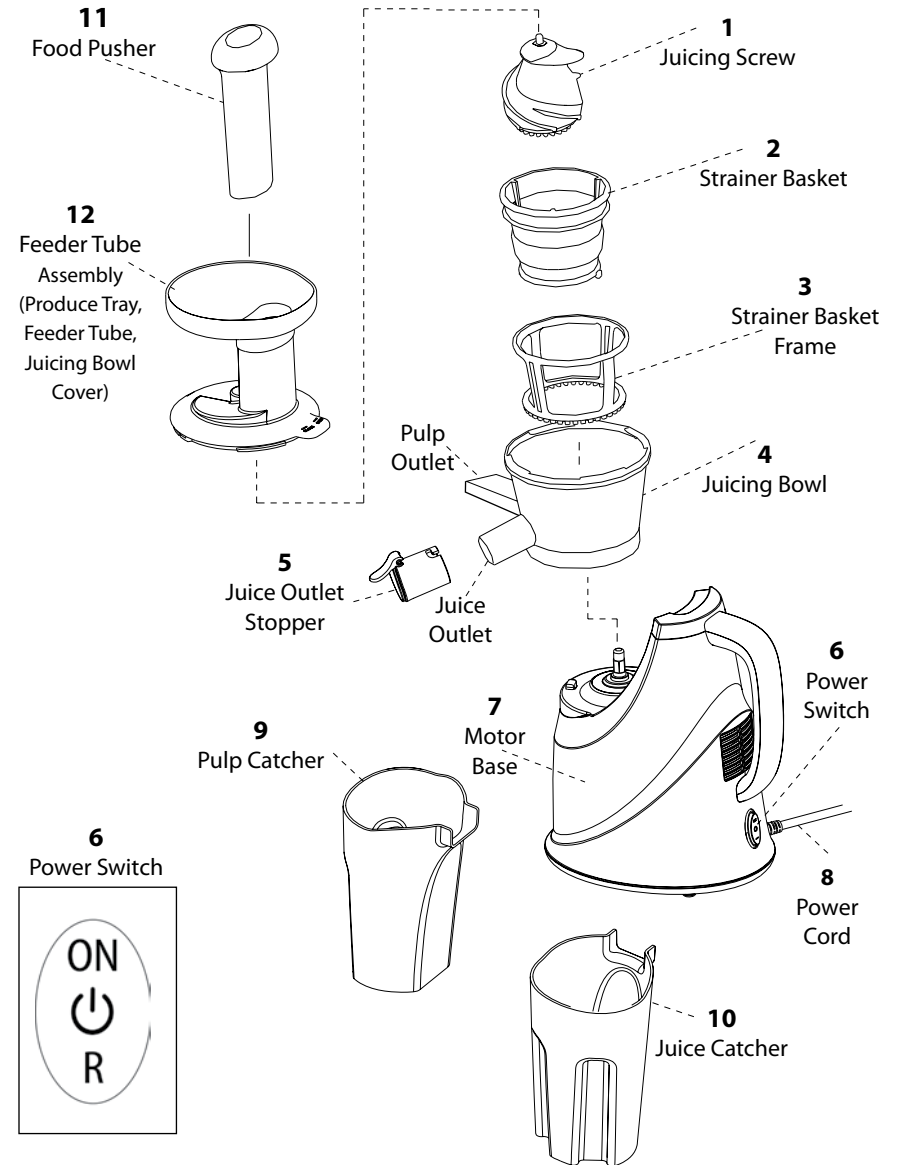
Watch our Use and Care Video

Safety Precautions

1. Read all instructions before using your juicer.
2. Never touch moving parts while operating.
3. Use care when operating if children are present.
4. For household use only. Do not use outdoors – exposure to the elements could cause fire, electrical shock, or injury.
5. To protect against risk of electrical shock, never submerge the Motor Base in water or other liquid.
6. Do not put your fingers or other objects into the Feeder Tube while the juicer is in operation.
7. Contact with the Juicing Screw when the unit is in use could cause serious injury. Use caution when handling and always use the Food Pusher when juicing.
8. Do not operate this or any appliance with a damaged cord or plug or after the appliance malfunctions, or is damaged in any manner. Return the product to your local Service Center for examination, repair or electrical or mechanical adjustment.
9. Turn off the motor after each use of your juicer. Before disassembling or cleaning, make sure the motor stops completely then unplug the power cord from the electrical outlet.
10. Do not unplug by pulling on the cord. To unplug, grasp the plug, not the cord, and pull.
11. Always make sure the Juicing Bowl Cover is fastened securely in place before the motor is turned on.
12. Do not attempt to unfasten the Juicing Bowl Cover while the juicer is in operation.
13. Do not let the cord hang over edge of table or counter.
14. The use of attachments or replacement parts not recommended or sold by the manufacturer may cause fire, electrical shock, or other injury.
15. Do not use the appliance if the Strainer Basket is damaged.
16. The 110 V-120 V unit may have a polarized plug (one blade wider than the other). To reduce the risk of electrical shock, this plug will fit in a polarized outlet only one way. If the plug does not fit fully in the outlet, reverse the plug. If it still does not fit, contact a qualified electrician. Do not modify the plug in any way.



Product diagram



The 3-piece Tofu Kit is included with your Nutrex Press™ see page 11 for details.

Soft Cleaning Brush (Not pictured)

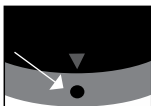
Assembly

Wash the all juicer parts thoroughly before first use.

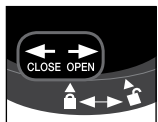
1. Place the Juicing Bowl (4) on the Motor Base (7) and turn it clockwise to lock in place.
2. Place the Strainer Basket (2) into the Strainer Basket Frame (3) and place it into the Juicing Bowl (4) making sure the two red dots are aligned and the tooth engages with the gear in the bottom
3. Insert the Juicing Screw (1) into the center of the Strainer Basket (2) and turn it until it is sitting properly. HINT: You will know it is properly placed when you hear a "click" sound and the top of the Juicing Screw is even with the top of the Strainer Basket.



4. Place the Feeder Tube Assembly (12) on top of the Juicing Bowl (4), align the black arrow on top with the red dots on the bowl.



5. Turn clockwise to lock in place.



6. Place the Pulp Catcher (9) and the Juice Catcher (10) under the Juicing Bowl outlets.



Operation

Note: The Nutrex Press™ is a true juice extractor. It is not a substitute for a blender, grinder, food processor, or other special purpose machine.

Caution: Never push any fruits or vegetables into the Feeder Tube with your hands. Always use the Food Pusher.

The Nutrex Press™ is equipped with a safety feature and will not operate unless all parts are correctly assembled.

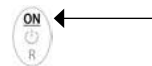
Juicing

1. Assemble and place on a clean, level surface
2. Make sure the power switch is off and plug in the power cord.
3. Place the Pulp Catcher and Juicer Catcher under the outlet spouts. Do not use the Outlet Stopper.
4. Prepare fruits and vegetables; wash and remove cores, hard seeds, thick skins and/or shells. Cut into cubes or juliennes that will fit in Feeder Tube.



Note: Extra care should be taken when juicing carrots; cut them into small pieces and feed one by one, do not feed the next piece before the pulp appears in the Pulp Catcher.

5. Switch the motor "ON".



6. Place fruit/vegetable pieces on the Produce Tray and slide into the Feeder Tube. Push down slowly and evenly with the Food Pusher and do not apply excessive force. The juice will pour out from the Juice Outlet into the Juicer Catcher and the pulp will come out the Pulp Outlet into the Pulp Catcher.

7. When no more juice comes out of the Juicing Bowl, turn the switch off, and unplug the juicer.



Note: If fruits or vegetables get stuck in the Juicing Screw, place one hand on the Juicing Bowl Cover to prevent it from backing off as you push the switch to the "R" position to reverse the motor. This is not a permanent position speed, the switch pulses.



Selecting and Preparing Your Produce

- Select the freshest fruits and vegetables available. Remove any visible dirt and store properly. Do not rinse the produce until right before you are ready to juice.
- Freshly made juices should be consumed as soon as possible after they are prepared or refrigerated for up to 72 hours.
- Some soft, low-moisture fruits such as avocados, bananas, cooked apples, plums, and apricots, are not suitable for juice extraction.
- Leafy greens, parsley, wheat grass and sprouts should be bunched up into a small ball and then pushed through with the food pusher. Celery should be pushed through more slowly because celery fibers are tough.
- It is not necessary to peel fruits and vegetables with thin skins, but the thick skin in fruits like melon, cantaloupe, pineapple, citruses, etc., must be removed.
- Remove the pits and cores from fruits such as cherries, apples, pears and peaches. During juicing, melon seeds may escape from the top of the Feeder Tube, so remove them when possible.



Juice Recipes

Here are some juice recipes for you to try with your Nutrex Press™. You can also experiment and create your own recipes for delicious and nutritious juices.

Tropical Refresher

- 4 strawberries
- 1/4 of a peeled pineapple (top removed)
- 1 bunch black grapes

Summer Cooler

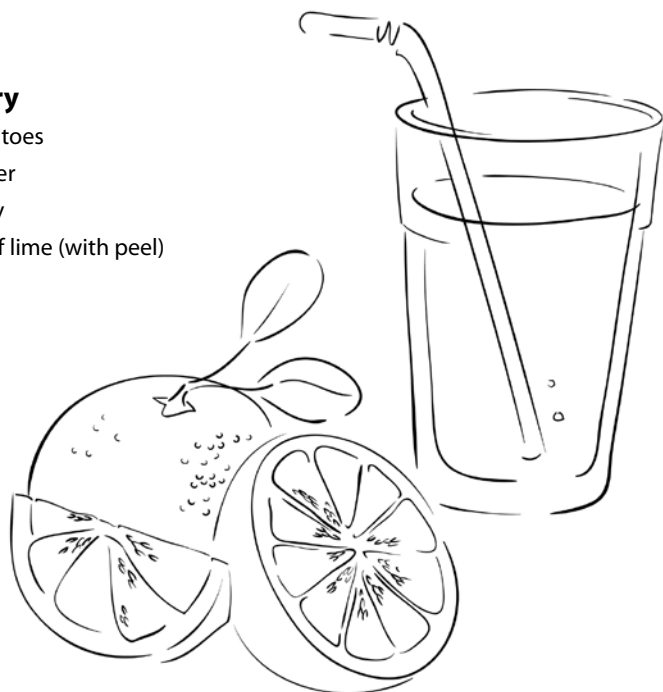
- 1 cup red grapes
- 1 cup black cherries (pits removed)

Cabbage Patch

- 1/2 head green cabbage
- 2 stalks celery
- 1/2 tomato
- 2 carrots

Healthy Mary

- 3 large tomatoes
- 1/2 cucumber
- 1 stalk celery
- Small slice of lime (with peel)



Pineapple Delight

- 1 large peeled pineapple (top removed)
- 1 orange, peeled and quartered
- 1 papaya (skin, seeds removed)
- Sugar or honey, optional

Young at Heart

- 6 carrots
- 1/2 apple
- 1/2 slice fresh ginger

How to Make Nut Milk

Almond, Pecan, Walnut, and Hazelnut Milk

If you've never tried nut milk before, now you can. Your new Nutrex Press Juicer allows you to make milk from nuts as a fresh alternative to dairy and store-bought nut milks.

You will love the taste, even your kids will love it. You can make it any time from whatever nuts you have in your home.

Preparing the nuts

Use fresh raw pecans, walnuts, almonds or hazelnuts as they have retained all the nutrients since they have not been pasteurized or heated.

Using a ratio of 1 cup of nuts to 2 cups of filtered water, place in a bowl and soak for 4 to 6 hours, or overnight.

Making milk

NOTE: Attempting to make nut milk with nuts that have not been soaked can damage your Nutrex Press™. Damage of this type is not covered by the warranty.

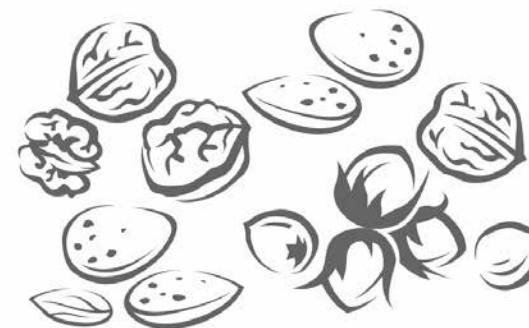
1. Replace the water the nuts have been soaking in with fresh filtered water using the same amount of water you added to soak the nuts.
2. Assemble the juicer with the Juice and Pulp Catchers in position and attach the Juice Outlet Stopper in the closed position.
3. Turn on the juicer, and then add the nuts and water to the juicer with a spoon or ladle. Each time the nut milk level reaches the 300 ml level in the Juicing Bowl, open the Outlet Stopper to drain the milk.
4. Repeat until all of the nuts and water have gone through the juicer.

TIP: You may strain using the Straining Cloth for smoother nut milk. You can also adjust the amount of water used; less water produces a thicker and more flavorful nut milk.

Flavoring your milk

To spice up your nut milk, after it has been made, try stirring in one, or a combination of the following flavors to taste:

- Cocoa or cacao powder
- Vanilla extract
- Maple syrup
- Agave nectar
- Honey
- Cane sugar
- Coconut extract



How to Make Soy Milk

Ingredients:

- 1 cup or 160 g dry organic soy beans
- 6-8 cups of filtered water (1.5 to 2 liters)
- salt, to taste
- sugar, to taste (optional)
- Optional Flavorings: vanilla, cinnamon, chocolate or flavoring of choice

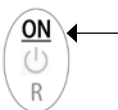
Equipment Needed:

- Large Bowl
- Strainer or fine sieve
- 4 Litre Utensil
- Spoonula or large wooden spoon



Instructions

1. Sort the soybeans and soak in enough filtered water to cover the beans by at least 1 inch (2.5 cm). Change the water every 6 to 8 hours, adding more to keep the beans covered. The beans are ready when they are doubled (or more) in size and are easy to cut or bite through.
2. Rinse the beans thoroughly. Although not necessary, you can remove the outer hulls before pressing to improve the milk's flavor. To remove the hulls, cover the beans in water, then rub them gently between your palms and fingers until the hulls come off and can be rinsed away.
3. Assemble the juicer. Attach the Juice Outlet Stopper in the closed position.
4. Turn on the juicer and pour the soybeans into the feeder tube, alternate between beans and filtered water, using roughly twice as much water as beans.
5. When the level reaches the 300 ml open the Juice Outlet Stopper and allow the soy milk to flow out into the Juice Catcher. Close the Juice Outlet Stopper and repeat steps 4 and 5.
6. Place a strainer over your 4 Litre utensil and pour in the soymilk allowing it to sit until the soymilk no longer flows into the utensil, up to a maximum of half full. Use the Spoonula or a large wooden spoon to press the remaining soymilk out.
7. Place the 4 Litre on the stove over medium low heat and bring the milk to a boil, stir often. Stirring reduces the amount the soymilk will bubble. You can also pour a small amount of filtered water into the utensil if it is bubbling too much.
8. Once the milk has boiled, add salt, flavoring and any sweeteners to taste. Turn the heat to low and cook for another 20 minutes, continuing to stir to keep it from bubbling over.
9. Turn off the heat and allow the milk to cool before you use it or store it. Scoop out the "skin" or film that forms on top.
10. Serve immediately or store in the refrigerator up to one week.



NOTES

You choose how thick you want the soymilk by either adding more or less water. Soymilk is boiled to inactivate typsin inhibitors, improving nutritional value.

How to Make Tofu

Your Nutrex Press™ includes a Tofu Kit so you can make tofu from your soy milk

Ingredients:

- 8 cups soymilk (recipe above)
 - Coagulant, one of the following
 - 4 tsp liquid nigari
 - 4 ½ tsp granular or powdered nigari
- You can also substitute with one of the following:*
- 4 tsp Epson salts
 - 8 Tbsp. Lemon Juice (freshly squeezed)
 - 6 Tbsp. Apple Cider Vinegar

This may affect the texture or flavor of the final product, however some people prefer tofu made this way.

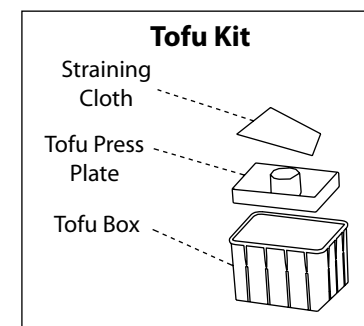
- 1 cup filtered water

Equipment Needed:

- 3-Piece Tofu Kit
- Cooking thermometer
- 3 or 4 Litre utensil
- Large Frypan (28 cm)
- Spoonula or a large wooden spoon
- Skimmer/Server

Instructions

1. Mix the coagulant into 1 cup of water.
2. Place the soymilk in the utensil and heat to between 150° F and 155° F (65° C - 68° C), remove the utensil from the heat.
3. Add ½ of the coagulant mixture to the soymilk and stir vigorously 5 or 6 times. Stop stirring and hold the Spoonula upright in the soymilk until the soymilk stops circulating.
4. Add the remaining ½ of the coagulant mixture and stir gently in a figure 8 pattern until you see the soymilk start to coagulate. Cover the utensil and let it sit for 15 minutes. The soymilk will form curds.
5. Place the Tofu Box in the Large Frypan. Line the Tofu Box with the Straining Cloth. Using your Skimmer/Server, transfer the curds from the utensil to the lined Tofu Box.
6. Fold the Straining Cloth over the soy curds and place the Tofu Press Plate on top. Place a weight between 1 and 2 pounds (500 grams to 1 kilogram) on top of the Tofu Press Plate. Canned goods work well for this. Let stand for 15-20 minutes.



7. Place a large bowl in the sink and fill it with cold, filtered water.
8. Remove the Tofu Press Plate, remove the straining cloth, and place the block of tofu in the bowl of water in the sink. Run cold filtered water gently over the tofu for 15 minutes.

You can serve the tofu immediately, or place it in a sealable container and cover it with filtered water and store in the refrigerator. It is freshest in the first 2 to 3 days but can be stored for up to 1 week.



Vitamins and Minerals Chart

<p>Vitamin A Promotes growth, healthy skin and eyesight, especially night and color vision. Apricots, nectarines, cantaloupe, carrots, sweet potatoes, spinach, hot red pepper, kale, collard greens, Swiss chard.</p>
<p>The B Vitamins Help the body make and use energy, involved in red blood cell production. Leafy green vegetables, beans, peas, citrus fruits, hot red pepper, peaches, wheat grass.</p>
<p>Vitamin C Important to health of teeth, gums, and muscles; helps the body heal and resist infection. Citrus fruits, cantaloupe, strawberries, tomatoes, broccoli, cabbage, kale, collard greens, parsley</p>
<p>Vitamin D Helps body absorb calcium; promotes strong bones and teeth. Milk and dairy products fortified with vitamin D, fish, egg yolks. Not found in significant amounts in fruits and vegetables.</p>
<p>Vitamin E Maintains the body's tissues; protects lungs from damage from air pollution; helps form red blood cells. Leafy green vegetables, whole grains (wheat and oats), wheat germ.</p>
<p>Vitamin K Plays important role in blood clotting. Leafy green vegetables.</p>
<p>Calcium Builds strong bones and teeth. Kelp, leafy green vegetables, broccoli.</p>
<p>Iron Transports oxygen from the lungs to the rest of the body; important in the formation of hemoglobin. Kelp, alfalfa sprouts, hot red pepper, leafy green vegetables, broccoli.</p>
<p>Potassium Keeps muscles and nerves functioning properly; regulates fluid amounts in the body. Wheat grass, kelp, hot red pepper, bananas, broccoli, tomatoes, leafy green vegetables, broccoli, citrus fruits. Zinc</p>
<p>Zinc Helps immune system; promotes healing of wounds and cell growth. Wheat grass, turnip.</p>

Maintenance

Caution: Before assembling or disassembling the juicer, make sure it is switched off and unplugged.

To make cleaning easier, you can pre-rinse the juicer immediately after using.

1. To pre-rinse the Nutrex Press™, put the Juicer Outlet Stopper on and close it. Place the Juice Catcher under the Juice Outlet.
 - a. Turn it "ON" and pour enough water into the Juicing Bowl to fill it (300 ml)
  ←
 - b. Let it run for 30 seconds; open the Juicer Outlet Stopper to let the water flow out. Repeat if necessary.
 2. Turn it "OFF", unplug it and disassemble the juicer and wash all parts (except the Motor Base) in warm soapy water with a soft sponge or cloth. To avoid scratching, do not use abrasive scrubbing pads or sponges on plastic parts.
  ←
- All parts, except the Motor Base, are dishwasher safe. **Never immerse or rinse the Motor Base in water.**
 - Do not clean the juicer with any products containing ammonia or bleach, or scouring powders, as they may dull, scratch or mar the surface.
 - Use the soft brush (included) to clean holes in the Strainer Basket and the Outlets should they become clogged.
 - Clean the Motor Base with a damp sponge or cloth.

Troubleshooting

The juicer does not operate after switching the power switch to "On".

- Check to make sure the juicer is plugged in to a properly grounded electrical outlet.
- Make sure the Juicing Bowl is properly attached to the Motor Base.

You smell an electrical odor when the motor is in operation.

A slight odor is normal when using the juicer for the first few times. If the odor persists after using the juicer several times, contact the Rena Ware Service Center near you or your Rena Ware representative.

The juicer stops suddenly while in operation.

- The Food Pusher may have been pushed in with too much force. Always push the Food Pusher in slowly and evenly.
- Too much food was pushed through the Feeder Tube at one time. Feed only enough into the Feeder Tube so that it doesn't back up.
- Check that your household voltage is compatible with the juicer specifications (see Specifications in this booklet for voltage requirements).

There is a whining noise when the juicer is in operation.

Some noise is normal when the juicer is in operation. If you hear any unusual noise, stop operation, unplug the juicer and check that the Juicing Screw is attached properly to the Strainer Basket.

Servicing your Rena Ware Nutrex Press™

Replacement Parts

Only use genuine Rena Ware replacement parts

Specifications

Model No. 3500 Voltage: 110 V 50/60 Hz

Model No. 3501 Voltage: 220 V 50/60 Hz

Power: 250 W

Weight: 4.6 kg / 10 lbs

See bottom label for specification details for your unit.

Warranty

The Nutrex Press™ Limited Warranty

Rena Ware warrants its Nutrex Press™ to be free from defects in materials and workmanship for one year from the date of purchase. This Product is designed for residential use only. The Warranty does not cover use in extreme conditions or commercial applications. The Warranty does not cover defects resulting from misuse, abuse, negligence, accident, use of frequency or voltage other than marked on product or described in the instructions, repairs or alteration outside a Rena Ware facility, or lack of maintenance. The Warranty does not cover incidental or consequential damages resulting from the use of this Product.

Remedy in the Event of Warranty Claim

At its option, Rena Ware will repair or replace a Product, or any part thereof, which is determined to be defective. If a replacement is made, the Product for which the replacement is made becomes the property of Rena Ware. **This remedy shall be the exclusive remedy available.**

To Obtain Warranty Service

To obtain warranty service, send a detailed written description of the claimed defect to the closest Rena Ware Service Center. You may be required to return the Product, at your expense, to the nearest Rena Ware Service Center in order to obtain warranty service. You may also be required to provide proof of purchase. If, after inspection, Rena Ware determines that a covered defect exists, Rena Ware will bear the cost of return delivery.

Other Warranty Limitations

This Warranty is in lieu of all other express warranties. Any implied warranty shall be equal in duration to the above express Warranty.

Some jurisdictions do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages, or do not allow limitations on how long an implied warranty lasts, so the above limitations or exclusions may not apply to you. This Warranty gives you specific legal rights. You may also have other rights which vary from jurisdiction to jurisdiction.

This Warranty applies to the Nutrex Press™ only. Separate warranties apply to other Rena Ware products.

CONTENIDO

Beneficios de hacer jugos	18
Extractor de jugo Nutrex Press	18
Medidas de seguridad	19
Diagrama del producto	20
Ensamblaje	21
Funcionamiento	21
Selección de ingredientes y preparación de jugos	22
Recetas de jugos	23
Cómo hacer leche de frutos secos	24
Cómo hacer leche de soja	25
Cómo hacer tofu	26
Tabla de vitaminas y minerales.....	27
Mantenimiento.	28
Resolución de problemas	28
Revisión de su Rena Ware Nutrex Press™	29
Garantía.....	29



Veá nuestro video de Uso y Mantenimiento

Beneficios de hacer jugos

Hacer jugo de frutas y vegetales frescos en casa tiene varios beneficios, ya que estos son una fuente importante de vitaminas, minerales y otros nutrientes necesarios para tener vitalidad y buena salud.

Además de aportar el mayor valor nutricional sin azúcar, conservantes ni sabores artificiales añadidos, los jugos hechos en casa tienen más fibra, ya que se utilizan frutas y vegetales enteros, incluyendo piel, cáscara y pulpa. También puede crear sus propias combinaciones de frutas y vegetales para obtener el contenido nutricional y los sabores que desee.

De acuerdo con el Departamento de Agricultura de Estados Unidos, la Organización Mundial de la Salud y otras organizaciones de la salud en el mundo, las personas que consumen una dieta rica en frutas y vegetales tienen probabilidad de reducir el riesgo de desarrollar diabetes, sufrir un infarto y padecer enfermedades cardíacas y ciertos tipos de cáncer.^{1,2} Hacer jugos es una forma económica, nutritiva y deliciosa de ingerir las porciones recomendadas de verduras y vegetales a diario.

Extractor de jugo Nutrex Press™

El Extractor de jugo Nutrex Press™ es ideal para hacer jugos de frutas, vegetales y legumbres, así como leche de soja y almendras.

Con su sistema de extracción de jugo prensado en frío, el Extractor de jugo Nutrex Press™ conserva más nutrientes, vitaminas y minerales y colores y sabores naturales de frutas y vegetales en comparación con los exprimidores de jugo convencionales.

La pulpa que se saca de las frutas y vegetales es mucho más seca que la que se saca con extractores de jugo convencionales. Esto significa que se obtiene más jugo de frutas y vegetales, lo que podría ahorrarle dinero al momento de hacer las compras.

El jugo que se obtiene conserva más pulpa. Como los jugos prensados no separan elementos de las frutas y vegetales, se conserva más fibra e incluso un poco de proteína.

El Extractor de jugo Nutrex Press™ de Rena Ware es fácil de lavar y mucho más silencioso que los extractores de jugo convencionales.



1. USDA ChooseMyPlate.gov, "Why Is It Important To Eat Vegetables?" (¿Por qué es importante ingerir vegetales?) <http://googl/8wkgT>

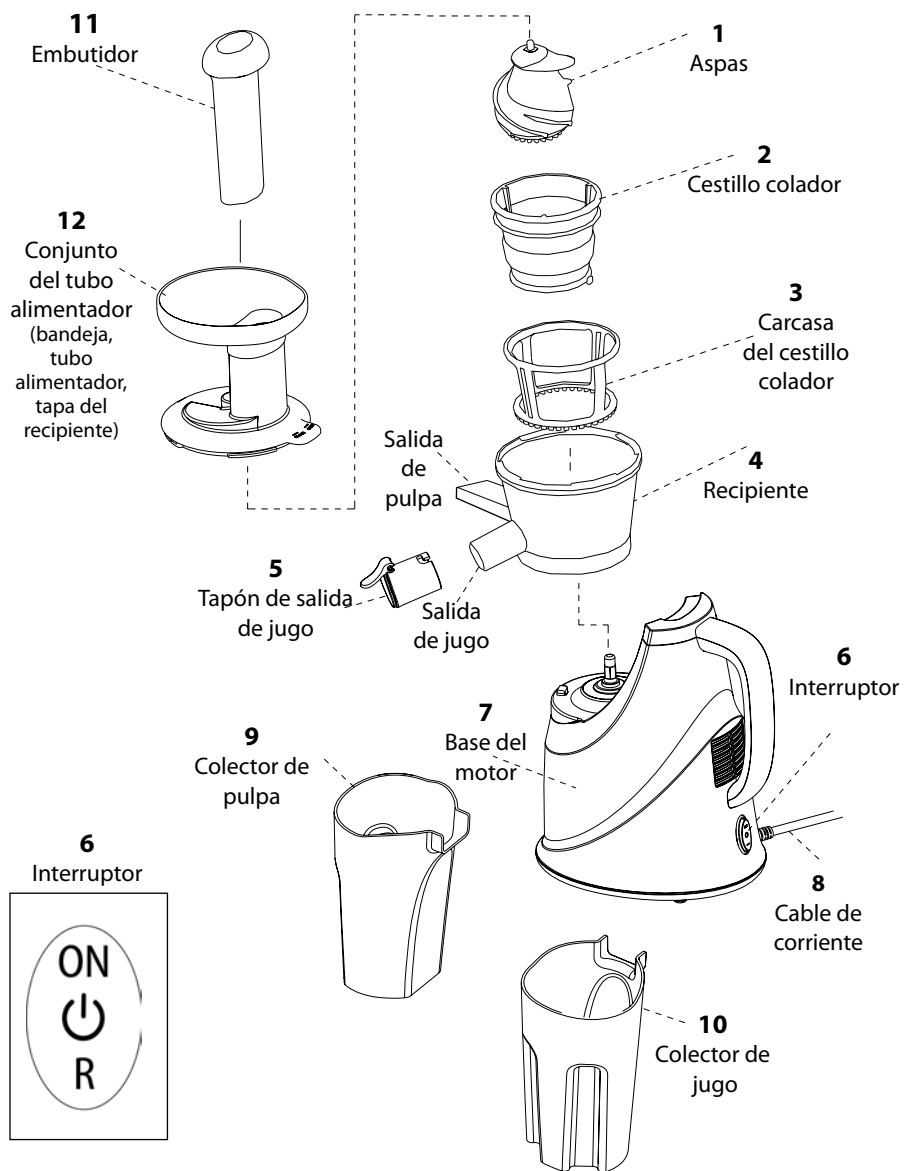
2. Organización Mundial de la Salud, "Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud" <http://www.who.int/dietphysicalactivity/es/>

Medidas de seguridad

1. Lea todas las instrucciones antes de usar el extractor de jugo.
2. No toque las piezas móviles mientras estén en funcionamiento.
3. Úselo con precaución cuando haya niños presentes.
4. Solo para uso doméstico. No lo use en exteriores; la exposición a los factores climáticos puede causar incendios, descargas eléctricas o lesiones.
5. Para evitar riesgos de descargas eléctricas, no sumerja la base del motor en agua u otros líquidos.
6. No inserte sus dedos ni objetos en el tubo de alimentación cuando el extractor de jugo esté encendido.
7. Tocar las aspas con el exprimidor en funcionamiento podría causar lesiones graves. Manipule las aspas con precaución y use siempre el embutidor cuando haga jugos.
8. No utilice este o cualquier otro aparato con un enchufe o cable dañado o después de presentarse alguna falla o daño en el aparato. Llévelo al Centro de Servicio de su localidad para que lo revisen, reparen o le hagan ajustes eléctricos o mecánicos.
9. Apague el motor después de usar el extractor. Antes de desarmarlo o lavarlo, asegúrese de que el motor se haya detenido por completo, luego desenchúfelo del tomacorriente.
10. No hale el cable para desenchufar el aparato. Agarre el enchufe y hálelo.
11. Asegúrese siempre de que la tapa del recipiente esté firmemente ajustada antes de encender el motor.
12. No trate de abrir la tapa del recipiente mientras el extractor esté en funcionamiento.
13. No deje el cable colgando sobre el borde de la mesa o el tope de cocina.
14. El uso de accesorios o repuestos que no sean recomendados o vendidos por el fabricante puede causar incendios, descargas eléctricas u otras lesiones.
15. No utilice el artefacto si el cestillo colador está dañado.
16. La unidad de 110 V-120 V puede tener un enchufe polarizado (una de las varillas metálicas es más ancha que la otra). Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, este enchufe encajará en un tomacorriente polarizado en una sola posición. Si el enchufe no encaja por completo en el tomacorriente, inviértalo. Si aún así no encaja, llame a un electricista calificado. No modifique el enchufe de ninguna manera.



Diagrama del producto

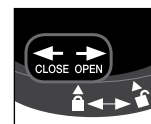
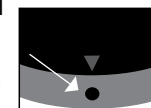


Su Extractor de jugo Nutrex Press™ incluye un equipo de tres piezas para hacer tofu (vea más información en la página 24).

Cepillo de cerdas suaves para lavar (imagen no disponible)

Ensamblaje

1. Coloque el recipiente (4) sobre la base del motor (7) y gírelo en sentido horario para que calce bien.
2. Coloque el cestillo colador (2) dentro de la carcasa del cestillo colador (3), introdúzcalo en el recipiente (4) y asegúrese de que los dos círculos rojos estén alineados y los dientes encajen en el engranaje en el fondo.
3. Inserte las aspas (1) en el centro del cestillo colador (2) y gírelo hasta que calce bien. DATO: Sabrá que ha calzado cuando escuche un "clic" y la parte superior de las aspas esté al ras de la parte superior del cestillo colador.
4. Coloque el conjunto del tubo alimentador (12) encima del recipiente (4), y alinee la flecha negra sobre los círculos rojos del recipiente.
5. Gírelo en sentido horario para que calce en su lugar.



6. Coloque el colector de pulpa (9) y el colector de jugo (10) debajo de las salidas del recipiente.



Funcionamiento

Nota: El Extractor de jugo Nutrex Press™ es un verdadero extractor de jugo, no es batidora, picadora, procesador de alimentos ni ningún otro aparato para usos particulares.

Advertencia: Nunca empuje frutas ni vegetales por el tubo alimentador con los dedos; hágalo siempre con el embudidor.

El Extractor de jugo Nutrex Press™ incluye una función de seguridad: solo se encenderá cuando todas las piezas estén en su lugar.

Para hacer jugo

1. Ensamble el Extractor de jugo y colóquelo sobre una superficie limpia y plana.
2. Asegúrese de que el interruptor esté en "OFF" (apagado) y enchufe el cable.
3. Coloque el colector de pulpa y el de jugo debajo de las salidas. No use el tapón de salida.
4. Prepare frutas y vegetales; lávelos y elimine centro, semillas duras, piel/cáscara gruesa; córtelos en cubo o en juliana para que quepan por el tubo alimentador.



Nota: Debe tener mucho cuidado cuando haga jugo de zanahoria; córtela en trozos pequeños y agréguelos uno por uno, pero espere a que aparezca la pulpa en el colector de pulpa antes de introducir otro trozo.

5. Encienda el motor (interruptor en "ON" (encendido).



6. Coloque frutas/vegetales de la bandeja en el tubo alimentador y empújelos lenta y uniformemente con el embutidor, sin ejercer mucha fuerza. El jugo saldrá por la salida de jugo y pasará al colector de jugo, y la pulpa saldrá por la salida de pulpa y pasará al colector de pulpa.

7. Cuando deje de salir jugo hacia el recipiente, apague el extractor de jugo y desenchúfelo



Nota: Si se atascan frutas o vegetales en las aspás, coloque una mano sobre la tapa del recipiente de jugo para mantenerla en su sitio al tiempo que presiona el botón a la posición "R" para que el motor gire en dirección contraria; no es una velocidad, el interruptor es de pulso.



Selección de ingredientes y preparación de jugos

- Seleccione frutas y vegetales frescos. Retire cualquier sucio que tengan y guárdelos. Lávelos solo cuando vaya a hacer jugo.
- Los jugos naturales recién hechos se deben beber de inmediato o guardar en el refrigerador por hasta 72 horas.
- Algunas frutas blandas con bajo grado de humedad, como aguacate (palta), banana, manzana cocida, ciruela y albaricoque, no son buenas para hacer jugo.
- Los vegetales de hoja verde, perejil, pasto agropiro y brotes deben apretujarse en una pelota pequeña y empujarse con el embutidor. El apio se debe empujar despacio porque sus fibras son duras.
- No es necesario pelar las frutas y vegetales de piel delgada, pero sí las de piel gruesa, como piña y naranja.
- Retire hueso/semillas y centro de las frutas, como cereza, manzana, pera y melocotón. Cuando se hace jugo de melón, sus semillas podrían salir disparadas por el tubo alimentador, por lo que se deben quitar.



Recetas de jugos

Puede hacer estos jugos con su Nutrex Press™. También puede experimentar e inventar sus propias recetas de jugos deliciosos y nutritivos.

Tropical refrescante

- 4 fresas
- 1/4 de piña, sin penca
- 1 puñado de uvas negras

Delicia de piña

- 1 piña grande, sin penca
- 1 naranja, sin piel y en cuartos
- 1 papaya, sin piel ni semillas
- Azúcar o miel (opcional)

Brisa de verano

- 1 taza de uvas rojas
- 1 taza de cerezas negras, sin hueso

Joven de corazón

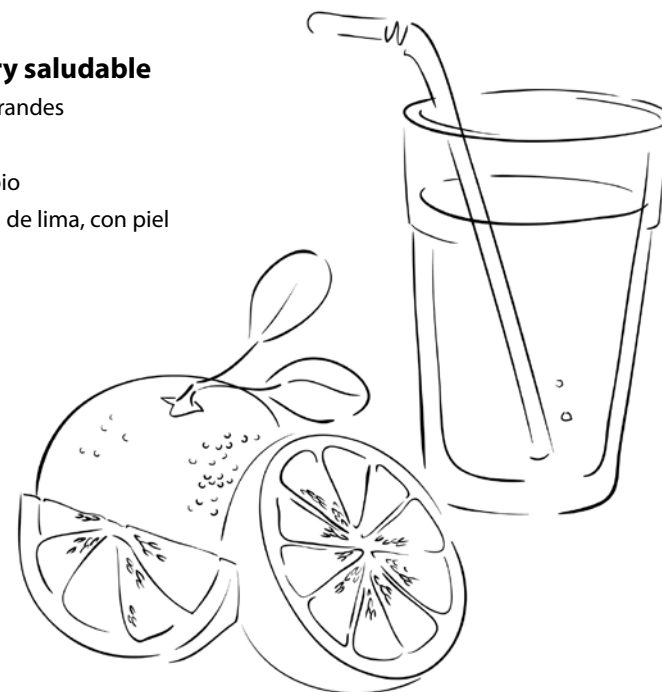
- 6 zanahorias
- 1/2 manzana
- 1/2 rodaja de jengibre natural

Huerto de repollo

- 1/2 cabeza de repollo verde
- 2 tallos de apio
- 1/2 tomate
- 2 zanahorias

Bloody Mary saludable

- 3 tomates grandes
- 1/2 pepino
- 1 tallo de apio
- Una rodajita de lima, con piel



Cómo hacer leche de frutos secos

Leche de almendras, pacanas, nueces y avellanas

Si nunca ha probado la leche de frutos secos, ahora puede hacerlo. Su nuevo Extractor de jugo Nutrex Press™ le permite hacer leche con frutos secos como alternativa saludable a la leche de vaca y a las leches de frutos secos envasadas disponibles en tiendas.

Le encantará su sabor, incluso sus hijos querrán tomarla. Puede hacerla en cualquier momento con cualquier tipo de frutos secos que tenga en casa.

Preparación de los frutos secos

Use pacanas, nueces, almendras o avellanas naturales y crudas, ya que conservan todos los nutrientes pues no se han pasteurizado ni calentado.

Coloque en un recipiente una proporción de 1 taza de nueces por cada 2 tazas de agua filtrada y déjelas en remojo de 4 a 6 horas o por una noche.

Para hacer la leche

NOTA: Asegúrese de poner en remojo los frutos secos antes de hacer la leche, de lo contrario, podría dañar el Extractor de jugo Nutrex Press™. Este tipo de daño no está cubierto por la garantía.

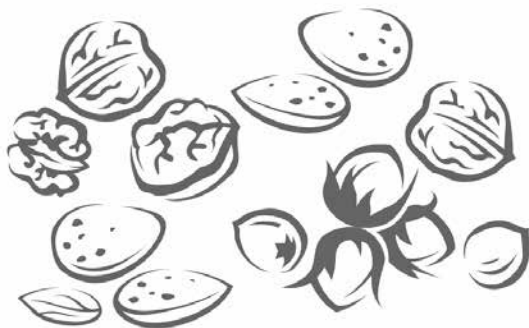
1. Reemplace el agua de remojo de los frutos secos por agua filtrada nueva. Añada la misma cantidad de agua que usó para remojar los frutos secos.
2. Ensamble el Extractor de jugo con el colector de jugo y el de pulpa en sus lugares correspondientes y coloque el tapón de salida de jugo y ciérrelo.
3. Encienda el extractor de jugo y agregue los frutos secos y el agua con una cuchara o cucharón. Cada vez que el nivel de la leche llegue a los 300 ml del recipiente, abra el tapón para colar la leche.
4. Repita el procedimiento hasta que todos los frutos secos y el agua hayan pasado por el extractor de jugo.

CONSEJO: Puede colar la leche con la manta de cielo para obtener una leche más homogénea. También puede variar la cantidad de agua; con menos cantidad de agua obtendrá una leche más espesa y sabrosa.

Cómo darle sabor a la leche

Para darle sabor a su leche de frutos secos después de preparada, puede añadir uno o varios de los siguientes ingredientes al gusto:

- Chocolate o cacao en polvo
- Extracto de vainilla
- Jarabe de arce
- Néctar de agave
- Miel
- Caña de azúcar
- Extracto de coco



Cómo hacer leche de soja

Ingredientes:

- 1 taza o 160 g de porotos de soja orgánica secos
- 6-8 tazas de agua filtrada (1,5 a 2 litros)
- Sal al gusto
- Azúcar al gusto (opcional)
- Saborizantes opcionales: vainilla, canela, chocolate u otro de su preferencia

Materiales necesarios:

- Recipiente grande
- Colador o cedazo fino
- Utensilio 4 Litros
- Azulita o cuchara grande de madera



Procedimiento:

1. Seleccione los porotos de soja y colóquelos en remojo con suficiente agua filtrada que los rebase al menos por 1 pulgada (2,5 cm). Cambie el agua cada 6 a 8 horas y añada más agua para mantenerlos sumergidos. Los porotos estarán listos cuando dupliquen (o tripliquen) su tamaño y se puedan cortar o morder con facilidad.
2. Lave bien los porotos. Aunque no es necesario, puede retirar la cáscara antes de prensar la soja para mejorar el sabor de la leche. Para hacerlo, sumerja los porotos en agua y restriéguelos suavemente entre las palmas de sus manos y dedos hasta que las cáscaras se desprendan y se puedan desechar.
3. Ensamble el extractor de jugo y coloque el tapón de salida de jugo cerrado.
4. Encienda el extractor de jugo y vierta los porotos de soja en el tubo alimentador alternando con agua filtrada. Use un poco más del doble de agua que de porotos.
5. Cuando el nivel de leche de soja en el extractor de jugo llegue a los 300 ml, abra el tapón de salida de jugo y deje que salga la leche de soja al colector de jugo. Cierre el tapón de salida de jugo y repita los pasos 4 y 5.
6. Coloque un colador sobre su Utensilio 4 Litros. Vierta la leche de soja y déjela filtrar hasta que deje de colarse en el utensilio, hasta máximo la mitad del utensilio. Presione los sólidos con la Azulita o una cuchara grande de madera para extraer toda la leche de soja.
7. Coloque el Utensilio 4 Litros sobre la estufa a fuego medio-bajo y lleve a hervor; revuelva frecuentemente. Revolver reduce la cantidad de leche de soja que borboteará, y también puede agregar un poco de agua filtrada si la leche borbotea demasiado.
8. Cuando hierva, añada sal, saborizante y cualquier endulzante al gusto. Baje el fuego al mínimo y cocine por otros 20 minutos, sin dejar de revolver para evitar que borbotee.
9. Apague el fuego y deje enfriar la leche antes de usarla o guardarla. Retire la nata que se forma en la superficie.
10. Sirva de inmediato o refrigérela hasta por una semana.



NOTAS

La consistencia de la leche dependerá de la cantidad de agua añadida, a más agua, la leche será más líquida. La leche de soja se hierva para neutralizar los inhibidores de tripsina (enzima digestiva), mejorando así el valor nutricional.

Cómo hacer tofu

Su Nutrex Press™ incluye un equipo para hacer tofu a partir de su leche de soja.

Ingredientes:

- 8 tazas de leche de soja (vea la receta en la página anterior)
- Coagulante, uno de los siguientes:
 - 4 cucharaditas de nigari (cloruro de magnesio) líquido
 - 4 ½ cucharaditas de nigari en cristales o en polvo

También puede usar otros coagulantes, como:

- 4 cucharaditas de sal de Epson
- 8 cucharadas de jugo de limón (recién exprimido)
- 6 cucharadas de vinagre de cidra

Esto podría afectar la textura o el sabor del producto final, pero algunas personas prefieren hacer tofu de esta manera.

- 1 taza de agua filtrada

Materiales necesarios:

- Equipo de tres piezas para hacer tofu
- Termómetro de cocina
- Utensilio de 3 o 4 Litros
- Sartén Grande (28 cm)
- Azulita o cuchara grande de madera
- Espumadera/cuchara para servir

Procedimiento:

1. Mezcle el coagulante con 1 taza de agua.
2. Coloque la leche de soja en el Utensilio y caliente a una temperatura de 150° F a 155° F (65° C - 68° C); retire el utensilio del fuego.
3. Añada ½ mezcla del coagulante a la leche de soja y revuelva vigorosamente 5 o 6 veces. Deje de revolver y sostenga la Azulita verticalmente en la leche de soja hasta que esta deje de moverse.
4. Añada el resto de la mezcla de coagulante y revuelva suavemente en forma de 8 hasta que la leche comience a coagular. Tape el Utensilio y deje reposar la leche por 15 minutos. La leche de soja formará una cuajada.
5. Coloque el recipiente para tofu en la Sartén Grande. Cubra el recipiente con la manta de cielo. Con la ayuda de la espumadera o cuchara de servir, pase la cuajada del Utensilio al recipiente para tofu forrado con la manta de cielo.
6. Doble la manta de cielo sobre la cuajada de soja y coloque encima la plancha compresora. Coloque algo que peso de 1 a 2 libras (500 gr a 1 kg) sobre la plancha, como un enlatado. Deje reposar por 15-20 minutos.



7. Coloque un recipiente grande en el fregadero y llénelo con agua fría filtrada.
8. Retire la plancha compresora de tofu y la manta de cielo y coloque el bloque de tofu en el recipiente con agua que está en el fregadero. Deje correr agua fría filtrada sobre el tofu por 15 minutos.

Puede servir el tofu de inmediato, o colocarlo en un recipiente con tapa, llenarlo con agua filtrada y refrigerarlo. Estará más fresco durante los primeros 2 a 3 días, pero se puede conservar por hasta 1 semana.

Tabla de vitaminas y minerales

Vitamina A

Estimula el crecimiento, es buena para la piel y la vista, especialmente para el sistema de visión nocturna y de color. Albaricoque, durazno, melón, zanahoria, boniato, espinaca, ají rojo, col rizada, hojas de repollo verde, acelga.

Vitaminas del complejo B

Ayudan al cuerpo a generar y utilizar la energía necesaria para producir glóbulos rojos. Vegetales de hojas verdes, frijol, arveja, frutas cítricas, ají rojo picante, durazno y pasto agropiro.

Vitamina C

Importante para la salud de los dientes, las encías y los músculos; ayuda al cuerpo a sanar y a combatir infecciones. Frutas cítricas, melón, fresa, tomate, brócoli, repollo, col rizada, hojas de repollo verde, perejil.

Vitamina D

Ayuda a absorber el calcio y a fortalecer huesos y dientes. Leche y productos lácteos fortificados con vitamina D, pescado y yema de huevo. Las frutas y vegetales no contienen cantidades significativas de vitamina D.

Vitamina E

Mantiene los tejidos del cuerpo; protege los pulmones de la contaminación del aire; ayuda a la formación de glóbulos rojos. Vegetales de hojas verdes, granos enteros (trigo y avena), germen de trigo.

Vitamina K

Tiene un papel importante en la coagulación de la sangre. Vegetales de hojas verdes.

Calcio

Fortalece huesos y dientes. Kelp (tipo de alga comestible), vegetales de hojas

Hierro

Transporta el oxígeno de los pulmones al resto del cuerpo, es importante en la producción de hemoglobina. Kelp (tipo de alga comestible), brotes de alfalfa, ají rojo picante, vegetales de hojas verdes, brócoli.

Potasio

Mantiene músculos y nervios en perfecto funcionamiento; regula las cantidades de fluidos en el cuerpo. Pasto de trigo, Kelp (tipo de alga comestible), ají rojo picante, bananas, brócoli, tomate, vegetales de hojas verdes, frutas cítricas.

Zinc


Ayuda al sistema inmunológico; estimula la cicatrización y el crecimiento celular. Pasto agropiro, nabo.

Mantenimiento

Advertencia: Antes de armar o desarmar el extractor, asegúrese de que esté apagado y desenchufado.

Para limpiarlo más fácilmente, puede prelavar el extractor inmediatamente después de usarlo.

1. Para prelavar el Nutrex Press™, coloque el tapón de salida de jugo y ciérrelo. Coloque el colector de jugo debajo de la salida de jugo.

- Encienda el extractor en "ON" (encendido) y vierta suficiente agua para llenar el recipiente (300 ml). 
- Déjelo funcionar por 30 segundos; abra el tapón de la salida de jugo para que el agua fluya. Repita el proceso de ser necesario.

2. Apague el extractor en "OFF" (apagado), desenchúfelo, desármelo y lave todas las piezas (salvo la base del motor) en agua tibia jabonosa con una esponja o paño suave. Para evitar que se rayen las partes plásticas, no las lave con almohadillas ni esponjas de fregar abrasivas.

- Todas las piezas, menos la base del motor, se pueden lavar en el lavavajillas automático. **Nunca sumerja la base del motor en agua.**
- No lave el extractor con productos que contengan amoníaco o cloro, ni con limpiadores abrasivos, ya que pueden opacar, rayar o dañar la superficie.
- Utilice un cepillo de cerdas suaves (incluido) para lavar los orificios del cestillo colador de acero inoxidable que estén obstruidos.
- Limpie la base del motor con una esponja o paño húmedo.

Resolución de problemas

El extractor no funciona cuando el interruptor está en la posición "On".

- Asegúrese de que el extractor esté enchufado a un tomacorriente.
- Asegúrese de que el recipiente de jugo calce bien sobre la base del motor.

Huele extraño cuando el motor está encendido.

Es normal que el extractor huela un poco cuando se use las primeras veces. Si el olor persiste después de sus primeros usos, comuníquese con el Servicio al Cliente de Rena Ware más cercano o con un representante de Rena Ware.

El extractor deja de funcionar repentinamente estando encendido.

- El embudidor se puede haber insertado con demasiada fuerza. Empújelo con cuidado y uniformemente.
- Se introdujo mucha comida por el tubo alimentador al mismo tiempo. Solo introduzca pocas cantidades para evitar que la comida se devuelva.
- Asegúrese de que el voltaje de su casa sea compatible con el del extractor (vea las especificaciones de voltaje en este libro).

Se escucha un chirrido cuando el extractor está encendido.

Es normal que el extractor haga ruido cuando está encendido. Si escucha un ruido extraño, apáguelo, desenchúfelo y asegúrese de que las aspas del extractor estén bien insertadas en el cestillo colador.

Revisión de su Extractor de jugo Nutrex Press™ de Rena Ware

Repuestos

Use solo repuestos Rena Ware originales.

Especificaciones

Modelo No. 3500 Voltaje: 110 V 50/60 Hz

Modelo No. 3501 Voltaje: 220 V 50/60 Hz Potencia: 250 W

Peso: 4,6 kg / 10 lb

Consulte la etiqueta inferior para obtener más información sobre las especificaciones de su unidad.

Garantía

Garantía limitada del Nutrex Press™

Rena Ware garantiza que su Nutrex Press™ estará libre de defectos de materiales y de fabricación durante un año contado a partir de la fecha de compra. Este producto está diseñado solo para uso doméstico. Esta garantía no cubre el uso en condiciones extremas ni su uso comercial, ni los defectos que resulten del uso inadecuado, abuso, negligencia, accidentes, uso de frecuencia o voltaje distintos a los indicados en el producto o descritos en las instrucciones, reparaciones o alteraciones efectuadas fuera de los locales de Rena Ware o por falta de mantenimiento. Esta garantía no cubre los daños incidentales ni consecuentes que resulten del uso de este producto.

Alcance de la garantía

Según lo estime conveniente, Rena Ware reparará o reemplazará el producto o cualquier parte del mismo, que haya sido determinado como defectuoso. Si se efectúa el reemplazo, el producto por el que se hizo el reemplazo pasará a ser propiedad de Rena Ware. **Este será el único recurso disponible.**

Modo de efectuar la garantía

Para obtener servicio bajo la garantía, debe enviar una descripción detallada, por escrito, del defecto alegado al Centro de Servicio de Rena Ware más cercano. Tal vez se le solicite que devuelva el producto, por su cuenta, al Centro de Servicio de Rena Ware más cercano a su localidad con el objeto de brindarle el servicio bajo la garantía. Tal vez se le solicite también que proporcione una constancia de su compra. Si después de la inspección, Rena Ware determina que existe un defecto cubierto por la garantía, Rena Ware asumirá el costo de la devolución del producto.

Otras limitaciones de la garantía

Esta garantía se ofrece en lugar de cualquier otra garantía explícita. Toda garantía implícita tendrá la misma vigencia que la garantía explícita arriba indicada.

Algunas jurisdicciones gubernamentales no permiten la exclusión o limitación de daños incidentales o consecuentes, o no permiten limitaciones en la duración de una garantía implícita, por lo que las limitaciones y exclusiones citadas arriba pueden no aplicar en su caso. Esta garantía le otorga derechos legales específicos. Usted también puede tener otros derechos que varían de una jurisdicción a otra.

Esta garantía cubre solo el Nutrex Press™. Otras garantías cubren otros productos Rena Ware.

สารบัญ

ประโยชน์ของการคั้นแยกกากผักผลไม้.....	31
เครื่องคั้นแยกกากนูเทร็กซ์™รีนา-แวร์.....	31
ข้อระวังความปลอดภัย.....	32
แผนผังส่วนประกอบเครื่อง.....	33
การประกอบ	34
การใช้งาน	34
การเลือกและเตรียมผักผลไม้.....	35
ตำราน้ำผักผลไม้.....	36
วิธีทำน้ำนมถั่ว.....	37
วิธีทำน้ำนมถั่วเหลือง.....	38
วิธีทำเต้าหู้.....	39
ตารางวิตามินและแร่ธาตุ	40
การบำรุงรักษา	41
การแก้ไขข้อบกพร่อง.....	41
การให้บริการเครื่องคั้นแยกกากรีนา-แวร์	42
คุณสมบัติเฉพาะ.....	42
การรับประกัน.....	42



สแกน QR code นี้เพื่อดูวิธีใช้และบำรุงรักษา

ประโยชน์ของการคั้นแยกกากผักผลไม้

การทำน้ำผักผลไม้จากผลไม้สดและผักสดรับประทานเอมมีประโยชน์มากมาย ผักและผลไม้เป็นแหล่งสำคัญของวิตามิน แร่ธาตุ และคุณค่าสารอาหารต่างๆ ซึ่งมีความสำคัญและจำเป็นต่อสุขภาพของเรา

นอกจากคุณจะได้รับคุณค่าสารอาหารโดยปราศจากน้ำตาล วัตถุกันบูด สารสีสังเคราะห์กลิ่นแล้ว น้ำผักผลไม้ที่ตัวเองจะอุดมไปด้วยเส้นใยอาหารเพราะว่าคุณคั้นแยกกากผลไม้ทั้งใบรวมทั้งเปลือกและเนื้อ คุณยังสามารถคั้นแยกกากผักและผลไม้รวมกันได้อันจะให้รสชาติและสารอาหารอย่างครบครันตามต้องการ

จากการรายงานของกระทรวงเกษตรสหรัฐอเมริกา องค์การอนามัยโลกและองค์กรสุขภาพต่างๆ ทั่วโลกกล่าวว่า คนที่รับประทานผักและผลไม้มากจะมีแนวโน้มที่จะลดความเสี่ยงจากการเป็นโรคต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ความดันโลหิต และโรคมะเร็งบางชนิด

น้ำผักผลไม้มีราคาไม่แพง แต่ให้คุณค่าสารอาหารสูงและอร่อย และเป็นวิธีที่คุณจะได้รับอาหารครบทุกหมู่ในแต่ละวัน

เครื่องคั้นแยกกากนูเทร็กซ์™ รีนา-แวร์

เครื่องคั้นแยกกากเหมาะสำหรับการคั้นแยกกากผลไม้ ผักต่างๆ รวมทั้งการทำน้ำนมถั่วเหลืองและน้ำนมถั่วอัลมอนต์

ด้วยระบบคั้นแยกกากอย่างช้าๆ คุณจะได้น้ำผักผลไม้ที่ยังคงคุณค่าสารอาหาร วิตามินและแร่ธาตุต่างๆ ไว้มากกว่า รวมทั้งกลิ่นและสีของผักผลไม้เมื่อเทียบกับเครื่องแยกกากปกติทั่วไป

กากผักผลไม้ที่คั้นแยกออกไปแล้วจะแห้งกว่า ซึ่งหมายถึงคุณได้น้ำผักผลไม้มากกว่า ซึ่งจะประหยัดกว่าที่คุณจะไปซื้อจากร้านสะดวกซื้อหรือตามแพคเกจทั่วไป

น้ำผักผลไม้ที่คุณดื่มจะมีเส้นใยอาหารมากกว่า เพราะว่าการคั้นแยกกากไม่ได้สกัดเส้นใยอาหารออกไป แต่ยังมีวิตามินมากกว่าอีกด้วย

เครื่องคั้นแยกกากนูเทร็กซ์™ ของรีนา-แวร์ ทำความสะอาดง่ายและเดินเวียน



1. USDA ChooseMyPlate.gov, "Why Is It Important To Eat Vegetables?" <http://goo.gl/8whgT>

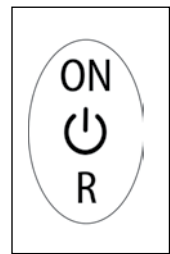
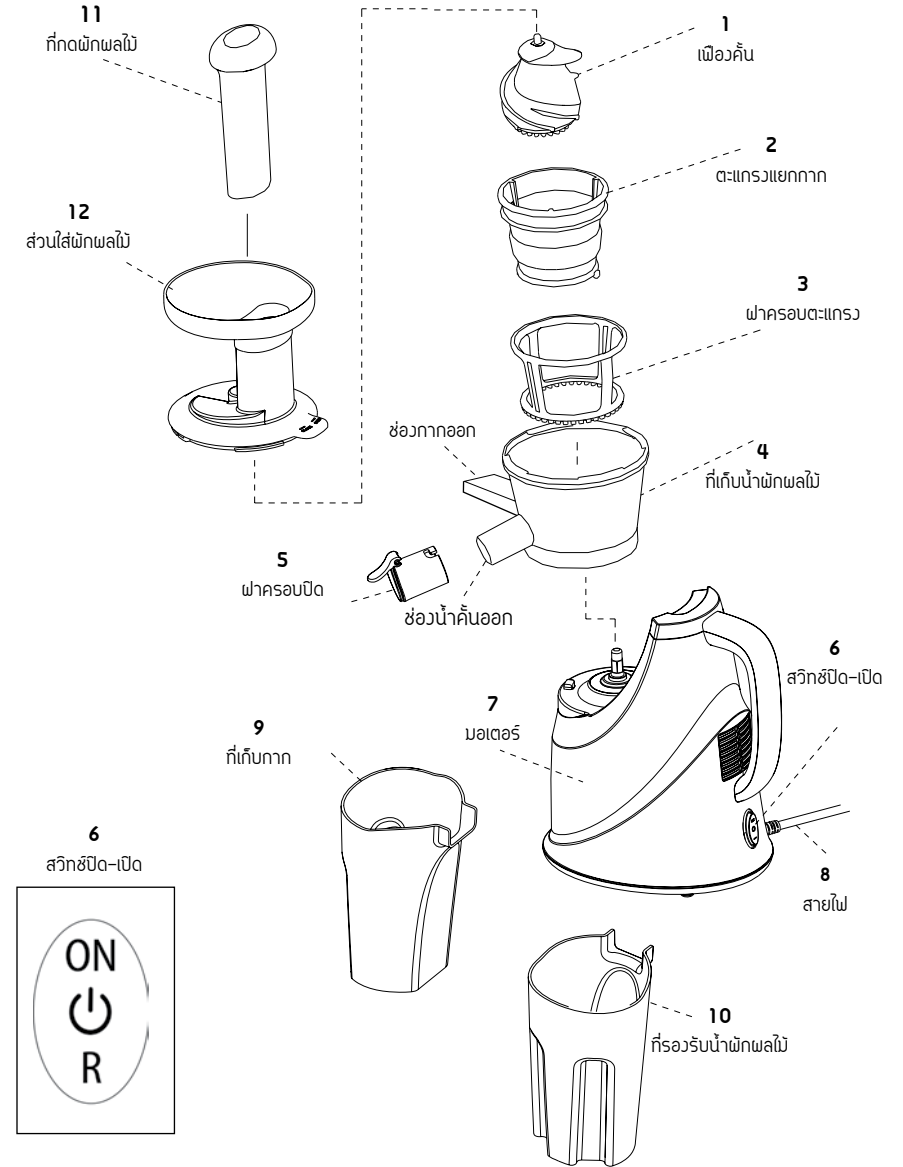
2. World Health Organization, "Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health" <http://goo.gl/97TMjH>

ข้อระวังความปลอดภัย

1. อ่านคำสั้งให้ครบถ้วนก่อนใช้งาน
2. ห้ามดุกต่อส่วนที่เคลื่อนไหวขณะเครื่องกำลังทำงาน
3. หากมีเด็กอยู่ใกล้ๆ คุณต้องใช้ความระมัดระวังดูแลให้ห่างระหว่างการใช้งาน
4. ใช้ในบ้านเรือนเท่านั้น ห้ามใช้นอกบ้าน การตากแดดตากฝนหรืออยู่สภาวะนอกบ้านอาจทำให้เกิดไฟฟ้าลัดวงจร ไฟดูดหรือเกิดอุบัติเหตุได้
5. เพื่อป้องกันการเกิดไฟฟ้าลัดวงจร ห้ามจุ่มมอเตอร์ลงในน้ำเป็นอันขาด
6. ห้ามแหย่นิ้วมือหรือสิ่งใดๆ เข้าไปในช่องใส่ผักผลไม้ขณะที่เครื่องกำลังทำงาน
7. ขณะเครื่องกำลังทำงาน หากนำสิ่งใดไปดุกเพือคั้นแยกกากจะเกิดการบาดเจ็บรุนแรงได้ กรุณาใช้ความระมัดระวังในการใช้งานและควรใช้ที่กดผักผลไม้ทุกครั้งเมื่อใช้งาน
8. หากสายไฟหรือปลั๊กเสีย เครื่องเสียหรือมีความเสียหายต่อเครื่องไม่ว่ากรณีใดๆ ห้ามใช้เครื่องเป็นอันขาด กรุณานำเครื่องคั้นแยกกากไปที่ศูนย์บริการรีนา-แวร์เพื่อตรวจสอบแก้ไขหรือปรับแต่ง
9. ปิดเครื่องทุกครั้งเมื่อใช้งานแล้วเสร็จ ก่อนที่จะถอดเครื่องออกมาทำความสะอาด ต้องแน่ใจว่ามอเตอร์หยุดทำงานแล้วและถอดปลั๊กออกจากเต้าเสียบแล้ว
10. ห้ามถอดปลั๊กด้วยการดึงสายไฟ ให้จับตัวปลั๊กและดึง ห้ามจับสายไฟ
11. ต้องมั่นใจว่าส่วนใส่ผักผลไม้ต้องวางติดตัวลวล็อกแน่นหนาเรียบร้อยก่อนที่จะเปิดสวิทช์มอเตอร์
12. ห้ามหมุนส่วนใส่ผักผลไม้ออกจากตัวเครื่องขณะที่เครื่องกำลังทำงานอยู่
13. ห้ามปล่อยให้สายไฟคาอยู่ขอบโต๊ะหรือขอบเคาน์เตอร์
14. การใช้อะไหล่หรือส่วนประกอบที่ไม่ใช่ของแก็ร์รินา-แวร์อาจทำให้เกิดไฟไหม้ หรือไฟดูด เป็นอันตรายต่อลูกค้าได้
15. ห้ามใช้เครื่องคั้นแยกกากหากตะแกรงแยกกากชำรุดเสียหาย



แผนผังส่วนประกอบเครื่อง



อุปกรณ์ทำเต้าหู้อยู่ในกล่องแล้ว
กรุณาดูรายละเอียดหน้า 39

แปรงทำความสะอาด
(ไม่มีรูป)

การประกอบ

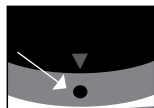
ก่อนการใช้ครั้งแรก ล้างส่วนประกอบเครื่องคั้นแยกกากทุกชิ้นให้สะอาด

1. วาดที่เก็บน้ำผักผลไม้(4)ลงบนมอเตอร์(7) หมุนตามเข็มนาฬิกาเข้าล็อก ลูกศรขงที่เก็บน้ำจะตรงกับลูกศรมอเตอร์

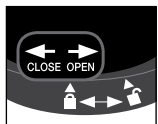


2. วาดตะแกรงแยกกาก(2)ลงในฝาครอบตะแกรง(3) กดตะแกรงลงจนสุด ให้จุดแดงทั้งสองตรงกัน แล้ววางลงในที่เก็บน้ำผักผลไม้ ฝาของฝาครอบตะแกรง จะต้องล็อกกับพื้นผิวของที่เก็บน้ำผักผลไม้

3. ใส่ตัวเฟืองคั้น(1)ลงไปตรงกลางของตะแกรง(2) หมุนและกดลงไปให้สุดและแน่น **ข้อสังเกต:** คุณจะทราบว่าคุณใส่ตัวเฟืองคั้นลงไปถูกต้องเมื่อคุณได้ยินเสียง “คลิก” และด้านบนของตัวเฟืองคั้นจะอยู่ในแนวระนาบเดียวกับด้านบนของตะแกรง



4. วางส่วนใส่ผักผลไม้(1,2)ลงด้านบนของที่เก็บน้ำผักผลไม้(4) ให้ลูกศรของส่วนในผักผลไม้(1,2) ไปอยู่ตรงกับจุดแดงของที่เก็บน้ำผักผลไม้(4)



5. ค่อยๆ หมุนส่วนใส่ผักผลไม้(1,2)ตามเข็มนาฬิกาให้ลูกศรไปตรงกับลูกศรจุดแดงของมอเตอร์(7) จะเป็นการล็อกส่วนใส่ผักผลไม้เข้ากับมอเตอร์

6. วาดที่เก็บกาก (9) ที่ด้านซ้ายและที่รองรับน้ำผักผลไม้ (10) ที่ด้านขวาของเครื่อง



การใช้งาน

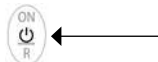
หมายเหตุ: เครื่องคั้นแยกกากนูเทริกซ์™ เป็นเครื่องคั้นแยกกากผักผลไม้ที่แท้จริง ไม่สามารถใช้แทนเครื่องปั่นผสมอาหาร เครื่องปั่นผลไม้ หรือเครื่องเตรียมอาหารอื่นๆ ได้

ข้อควรระวัง: ห้ามกดผักผลไม้ลงในช่องใส่ผักผลไม้ด้วยมือเป็นอันตราย ต้องใช้ที่กดทุกครั้ง

เครื่องคั้นแยกกากนูเทริกซ์™ มีระบบรักษาความปลอดภัยอยู่ในตัวเอง และเครื่องจะไม่ทำงานหากเครื่องถูกประกอบไม่ถูกต้องครบถ้วน

การคั้นแยกกาก

1. ประกอบส่วนต่างๆ เข้าเครื่อง วาดเครื่องลงบนพื้นที่สะอาดราบเรียบ ไม่เอียง



2. ก่อนเสียบปลั๊กเข้าเต้าเสียบ ตอมั่นใจว่าสวิทช์ปิดอยู่เสมอ

3. วาดที่รองรับน้ำผักผลไม้และที่เก็บกากเข้าที่ ไม่ต้องใส่ฝาครอบปิด(5)

4. การเตรียมผักผลไม้: ล้างผักผลไม้ให้สะอาด แกะแกนใส่ที่เขี้ยวออก แกะเมล็ดออก แกะเปลือกเขี้ยวออก หั่นผักผลไม้ให้มีขนาดพอที่จะใส่ลงในช่องใส่ผักผลไม้

ข้อระวัง: หากจะคั้นแยกกากแครอท ควรหั่นแครอทให้เป็นชิ้นเล็กๆ และใส่ลงในช่องรับที่ละชิ้น ให้เครื่องคั้นชิ้นแรกให้หมดก่อนและคุณเห็นกากออกมาแล้วจึงใส่ชิ้นต่อไปลงไป

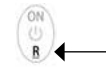
5. เปิดสวิทช์ On

6. วาดผักผลไม้ที่หั่นแล้วลงบนถาดของส่วนใส่ผักผลไม้(1,2) ค่อยดันผักผลไม้ลงในช่องรับ กดด้วยที่กดลงเบาๆ ห้ามออกแรง น้ำคั้นจะไหลออกจากช่องคั้นน้ำออกลงไปที่รองรับน้ำ ส่วนกากจะไหลออกจากอีกทางไปลงที่เก็บกาก



7. เมื่อใส่ผักผลไม้ลงไปจนหมดและน้ำคั้นไหลออกมาจนหมดแล้ว ให้ปิดสวิทช์และดึงปลั๊กออก

หมายเหตุ: หากมีเศษผักผลไม้ติดอยู่กับเฟืองคั้น ใช้มือจับที่เก็บน้ำผักผลไม้เพื่อไม่ให้หลุดออกมาแล้วกดสวิทช์ R ซึ่งอยู่ด้านล่างของสวิทช์ เพื่อให้มอเตอร์หมุนทวนกลับ ให้กดแช่ไว้จนเศษผักผลไม้ออกมาหมด



การเลือกและเตรียมผักผลไม้

- เลือกผักผลไม้ที่สดใหม่ แกะและตัดสิ่งสกปรกเน่าออกไปแล้วเก็บไว้ ห้ามล้างผักผลไม้ก่อน ให้ล้างเมื่อเวลาที่จะทำเท่านั้น
- น้ำคั้นผลไม้ควรดื่มสดๆ ใหม่ๆ ทันที หรือเก็บในตู้เย็นไม่เกิน 72 ชั่วโมง
- ผักผลไม้บางชนิดไม่เหมาะสมที่จะนำมาคั้นแยกกาก เช่น อะโวคาโด กล้วย แอปเปิ้ลที่ปรุงแล้ว ลูกพลัม และแอปพริคอต
- ผักเป็นใบๆ พักซีฟรังก์ ต้นข้าวสาลีอ่อน ควรจับเป็นมัดแล้วใส่ลงในช่องใส่ผักผลไม้ที่กด ผักซีและขึ้นฉ่ายควรจะใช้แรงกดให้เบาที่สุดเพราะเส้นผักเหนียวมาก
- ไม่ว่าเป็นที่จะต้องปอกเปลือกผลไม้ก่อนนำไปคั้นแยกกาก เว้นแต่ผลไม้เปลือกหนา เช่น สับปะรด ส้ม แคนตาลูป เป็นต้น
- แกะเมล็ดออกจากผลไม้ก่อนนำไปคั้นแยกกาก เช่น ฟรังก์ เซอร์รี่ แอปเปิ้ล ลูกแพร์ ลูกพีช เมลอน



ตำราน้ำผักผลไม้

รีนา-แวร์ชอแนะนำตำราน้ำผักผลไม้ให้คุณทำจากเครื่องคั้นแยกกาก คุณสามารถคิดสูตรตำราน้ำผักผลไม้รสอร่อยและมีคุณค่าเพิ่มเติมได้ตามต้องการ

ทรอปิคอลรีเฟรชเชอร์

- สตรอปเบอร์รี่ 4 ผล
- สับปะรด 1/4 ผล
- องุ่น 1 พวง

ซัมเมอร์คูล

- องุ่นแดง 1 ถ้วย
- แบล็คเบอร์รี่ไม่มีเมล็ด 1 ถ้วย

ผักรวมมิตร

- กะหล่ำ 1/2 หัว
- พริกขี้หนู 2 ต้น
- มะเขือเทศ 1/2 ผล
- แครอท 2 หัว

เฮลท์แมรี่

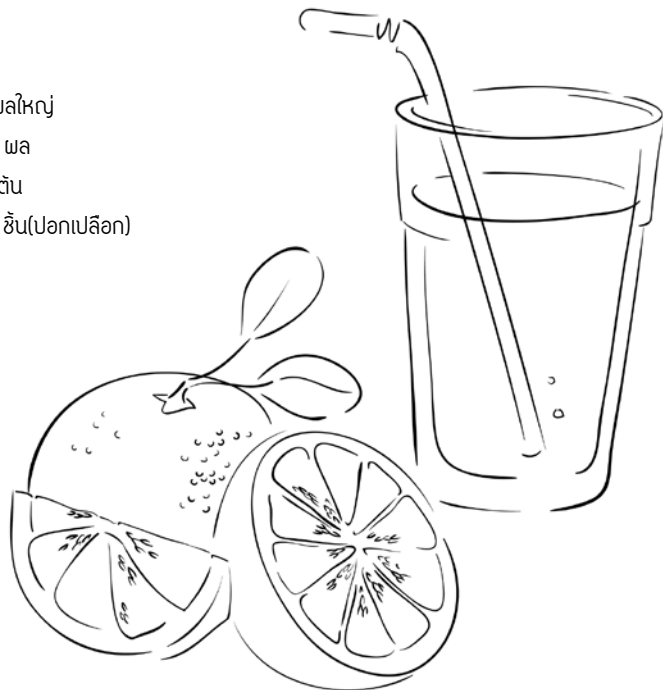
- มะเขือเทศ 3 ผลใหญ่
- แตงกวา 1/2 ผล
- พริกขี้หนู 1 ต้น
- มะนาวฝาน 1 ชิ้น(ปอกเปลือก)

สุดยอดสับปะรด

- สับปะรด 1 ผล ปอกเปลือกและหั่น
- ส้มเขียว 1 ผล ปอกเปลือกและหั่น
- มะละกอ 1 ผล ปอกเปลือกและหั่น
- น้ำตาล หรือ น้ำผึ้ง แล้วแต่ชอบ

หัวใจขมขื่น

- แครอท 6 หัว
- แอปเปิ้ล 1/2 ผล
- ขิงสดฝาน 1/2 ชิ้น



วิธีการทำน้ำนมถั่ว

ถั่วอัลมอนต์ ถั่ววอลนัท ถั่วเฮเซลนัท

หากคุณยังไม่เคยลิ้มรสน้ำนมถั่วมาก่อนเลย คราวนี้คุณจะได้ลองแน่ เครื่องคั้นแยกกากของคุณสามารถทำน้ำนมจากถั่วต่างๆ ได้ ซึ่งเป็นทางเลือกของการดื่มนมและน้ำนมถั่วที่วางขายในร้านค้า คุณและลูกๆ จะชอบรสชาติน้ำนมถั่ว คุณสามารถทำได้ทุกเวลาและจากถั่วอะไรก็ได้ที่คุณมี

การเตรียมถั่ว

ให้ใช้ถั่วใหม่สด เช่น ถั่ววอลนัท ถั่วเฮเซลนัท เมื่อคุณต้องการทำน้ำนมถั่ว ซึ่งน้ำนมถั่วจะรักษาคุณค่าสารอาหารไว้เพราะไม่ผ่านการพาสเจอร์ไรซ์

ควรแช่ถั่วในน้ำสะอาด ยังในน้ำกรองจากเครื่องกรองน้ำแอกควา $\sqrt{}$ นาโนชนิดที่ดีที่สุด แช่ถั่วในน้ำสะอาดในอัตราส่วน น้ำ 2 ถ้วยต่อ ถั่ว 1 ถ้วย ควรแช่ถั่วไว้ประมาณ 4-6 ชั่วโมงหรือตลอดคืน

การทำน้ำนมถั่ว

ข้อระวัง: การพยายามทำน้ำนมถั่วจากถั่วที่ยังไม่ได้แช่น้ำไว้ก่อนจะทำให้เครื่องคั้นแยกกากเสียหายได้ ความเสียหายเช่นนี้ไม่ได้อยู่ภายใต้การรับประกันของรีนา-แวร์แต่ประการใด

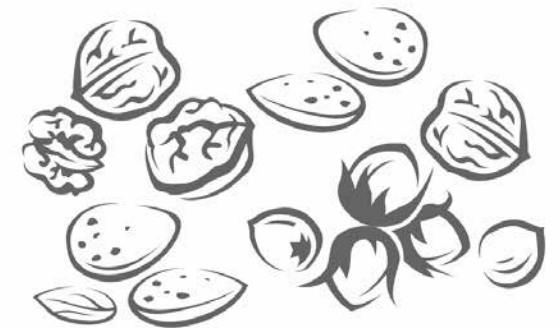
1. เทน้ำที่แช่ถั่วออกและเติมน้ำกรองสะอาดลงไปเท่ากับจำนวนที่เททิ้งไป
2. ประกอบเครื่องคั้นแยกกาก ววาก็เก็บกากและที่เก็บน้ำคั้นเข้าที่ ครอบช้อนน้ำคั้นออกด้วยฝาครอบและปิดฝาให้สนิท
3. เปิดสวิทช์เครื่อง ใส่ถั่วและน้ำเข้าเครื่องด้วยทัพพีหรือช้อน เมื่อเครื่องทำน้ำนมได้มากถึงจำนวน 300 มล. ชักดูได้จากที่เก็บน้ำผักผลไม้ ให้เปิดฝาช้อนน้ำคั้นออกและปล่อยให้ น้ำนมไหลออกจนหมด
4. ทำซ้ำๆ เช่นนี้จนกว่าถั่วและน้ำจะหมด

ข้อแนะนำ: คุณอาจจะใช้ฝาครอบกรองน้ำนมอีกครั้งเพื่อให้ได้น้ำนมที่เนียนนุ่ม คุณสามารถปรับปริมาณน้ำได้ หากคุณใส่น้ำน้อยลงคุณจะได้ น้ำนมจะเข้มข้นและรสชาติดีขึ้น

เติมรสชาติให้แก่น้ำนม

การเพิ่มรสชาติให้แก่น้ำนม คุณอาจจะทำได้โดยเติมสิ่งต่อไปนี้ 1 หรือ 2 อย่างก็ได้ คนให้เข้ากัน

- โกลีหรือพวโกโก้
- วานิลา
- เมเปิลไซรัป
- น้ำผึ้ง
- น้ำตาล
- กะทิ
- Coconut extract



วิธีทำน้ำนมถั่วเหลือง

เครื่องปรุง:

- ถั่วเหลือง 1 ถ้วยตวงหรือ 160 กรัม
- น้ำกรองสะอาด 6-8 ถ้วย (1.5 - 2 ลิตร)
- เกลือ น้ำตาล หรือน้ำผึ้ง ตามชอบ
- ปรุงแต่งรสชาติด้วย วนิลา ซอโคโกแลต ฯลฯ ตามชอบ

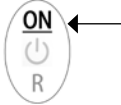
อุปกรณ์ที่ต้องใช้:

- ขามขนาดใหญ่
- กระจกกรอง ตาควรถเล็กมาก
- ภาชนะ 4 ลิตร
- กัฟพี



วิธีทำ

1. ล้างถั่วเหลืองและใส่ลงขาม เติมน้ำกรองลงไปให้สูงท่วมถั่วอย่างน้อย 1 นิ้ว ปล่อยให้แช่น้ำไว้ 6-8 ชั่วโมง หากน้ำแห้งลงให้เติมน้ำกรองเพิ่ม ต่อน้ำให้ท่วมถั่วอย่างน้อย 1 นิ้วตลอดเวลา ถั่วพร้อมที่จะทำเมื่อมีขนาดใหญ่ขึ้นเป็น 2 เท่าและนิ่ม
2. รินน้ำออกจากขามให้หมด หากต้องการเอาเปลือกออก ให้เติมน้ำกรองลงในขาม ใช้มือค่อยๆ ลูบดูถั่วใน ขามกว่าเปลือกจะหลุดออกมา
3. ประกอบเครื่องคั้นแยกกาก ใส่ฝาครอบช่องน้ำคั้นออกและปิดฝาให้สนิท
4. เปิดสวิทช์เครื่องคั้นแยกกาก ใส่ตัวสลับกับน้ำกรอง ใช้น้ำกรองประมาณ 2 เท่าของถั่ว
5. เมื่อได้น้ำนมถั่วเหลืองในที่เก็บน้ำพักผสมไมทิง 300 มล.แล้วให้เปิดฝาครอบช่องน้ำคั้นออก ปล่อยให้ น้ำนมไหลออกจนหมด ปิดฝาครอบ แล้วใส่ตัวสลับกับน้ำกรอง ทำซ้ำเช่นนี้อีกจนกว่าถั่วและน้ำจะหมด
6. วางกระจกกรองลงบนภาชนะ 4 ลิตร เทน้ำนมถั่วเหลืองลงไป ปล่อยให้ น้ำนมถั่วเหลืองค่อยๆ ไหลลงไปจนหยุดไหล ซึ่งจะมีปริมาณครึ่งหนึ่งของภาชนะ 4 ลิตร ใช้กัฟพีค่อยๆ กดไปที่กาก น้ำนมในกระจกกรองเพื่อคั้นน้ำนมออกมาให้หมด
7. นำภาชนะ 4 ลิตรไปตั้งบนเตา ตั้งไฟแรงปานกลาง ต้มจนน้ำนมเดือด ต้องคนน้ำนมตลอดเวลาเพื่อป้องกันน้ำนมเดือดล้นออกจากภาชนะ ระวังอย่าใสน้ำนมเกินกว่า 1/2 ของความจุภาชนะ หาก น้ำนมเดือดมากให้เติมน้ำกรองลงไปเล็กน้อย
8. เมื่อน้ำนมเดือดแล้ว เติมน้ำตาล น้ำตาลหรือน้ำผึ้งและอื่นๆ เพื่อเพิ่มรสชาติตามชอบหรือไม่ใส่ก็ได้ ปรับความร้อนลงต่ำและต้มต่ออีก 20 นาที หมั่นคนน้ำนมไม่ให้ฟองล้นกระเซ็นออกมา
9. ปิดไฟและปล่อยให้ น้ำนมเย็นลงก่อนนำไปดื่มหรือเก็บ หากมีฟองถั่วลอยอยู่ในน้ำนมให้ตักออก
10. รับประทานทันทีหรือเก็บในตู้เย็นซึ่งจะอยู่ได้นาน 1 สัปดาห์



หมายเหตุ

คุณสามารถเลือกว่าจะต้องการน้ำนมถั่วเหลืองข้นเหลวขนาดใด โดยการเติมน้ำหรือไม่เติม การเติมน้ำนม ถั่วเหลืองเพื่อให้ น้ำนมสุกและเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการ

วิธีทำเต้าหู้

ในกล่องบรรจุเครื่องคั้นแยกกากจะมีชุดอุปกรณ์ทำเต้าหู้มาให้แล้วซึ่งคุณสามารถทำเต้าหู้จากน้ำนมถั่วเหลืองได้

เครื่องปรุง:

- น้ำนมถั่วเหลือง 8 ถ้วย (ตามสูตรข้างบน) ไม่ใส่รสปรุงแต่ง
- ดิกลือ 4 ซ่อนโต๊ะ หรือ Epson Salts หรือ เจริญ-ถ
- น้ำกรอง 1 ถ้วย

อุปกรณ์ทำเต้าหู้:

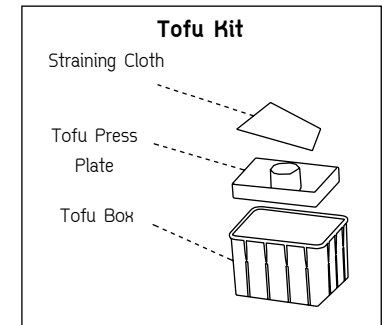
- ฝาครอบ
- แผ่นกด
- กล่องเต้าหู้

อุปกรณ์ที่ต้องใช้:

- อุปกรณ์ทำเต้าหู้
- เทอร์โมมิเตอร์ปรุงอาหาร
- ภาชนะ 3 หรือ 4 ลิตร
- กระจกกรองใหญ่
- ไม้พาย
- กัฟพี

วิธีทำ

1. ผสมดิกลือเข้ากับน้ำ 1 ถ้วย
2. เทน้ำนมถั่วเหลืองลงในภาชนะ และต้มให้ร้อนประมาณ 65-68 องศาเซลเซียส ยกภาชนะออกจากเตา
3. เติมน้ำดิกลือลงไปในน้ำนมถั่วเหลืองครึ่งหนึ่ง คนแรงๆ 5-6 ครั้ง หยุดคนและตั้งทิ้งไว้พักในน้ำนม จนกว่าน้ำนมจะหยุดหมุน
4. เติมน้ำดิกลือที่เหลือลงไปและคนเบาๆ เป็นรูปเลข 8 จนกว่าน้ำนมจะเริ่มจับตัว ปิดฝาภาชนะปล่อยให้พัก 15 นาที น้ำนมจะจับตัวเป็นก้อน
5. วางกล่องใส่เต้าหู้ลงกระจกกรองใหญ่ วางฝาครอบน้ำนมถั่วลงในกล่องใส่เต้าหู้ ใช้กัฟพีตักก้อนน้ำนมจาก ภาชนะลงในกล่องจนเต็ม
6. ปิดฝาครอบปิดทับก้อนน้ำนมและวางที่กดเต้าหู้ลงด้านบน หายของหนักๆประมาณ 500 กรัมถึง 1 กิโลกรัม มาวางทับที่กดเต้าหู้ เครื่องจะบีบจะดีที่สุด ปล่อยให้พักไว้ประมาณ 15-20 นาที
7. วางขามขนาดใหญ่ลงในอ่างล้างขาม เติมน้ำกรองจนเต็ม
8. ยกที่กดเต้าหู้ออก แกะฝาครอบออกจากก้อนเต้าหู้และวางก้อนเต้าหู้ลงในขาม เปิดน้ำกรองให้ไหลผ่านก้อน เต้าหู้ประมาณ 15 นาที



คุณสามารถรับประทานเต้าหู้ได้ทันทีหรือเก็บไว้ในกล่องปิดมิดชิดที่ใส่น้ำกรองแล้วเก็บในตู้เย็น ความสดใหม่ของเต้าหู้จะอยู่ได้ 2-3 วัน แต่คุณสามารถเก็บไว้ในตู้เย็นได้ 1 สัปดาห์

ตารางวิตามินและแร่ธาตุ

วิตามิน เอ
ช่วยการเจริญเติบโต รักษาผิวพรรณ บำรุงสายตาโดยเฉพาะการเห็นในเวลากลางคืน มีมากใน แอปเปิ้ลอบแห้ง แคนตาลูป แครอท ฟักทอง พักใบเขียว พรึกหยวกแดง พักใบฝรั่ง กระหล่ำปลี นมถั่วเหลือง
วิตามิน บี
กระตุ้นสารอาหารในร่างกายทำให้ร่างกายเจริญเติบโต ช่วยการสร้างเม็ดเลือดแดง รักษาระบบประสาท มีมากในข้าวซ้อมมือ มันฝรั่ง พักใบเขียว ถั่วต่างๆ พรึกหยวกแดง หน่อไม้ฝรั่ง ถั่ว ไข่ ถั่วฝักยาว นม บล๊อคโคลี่
วิตามิน ซี
สำคัญต่อกระดูกและฟัน ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยให้แผลหายเร็วขึ้น ป้องกันโรคคลักปิดลักเปิด มีมากใน แคนตาลูป สตรอเบอรี่ มะเขือเทศ ส้ม บล๊อคโคลี่ กระหล่ำปลี ถั่ว
วิตามิน ดี
ช่วยให้ร่างกายดูดซับวิตามิน ซี เข้าร่างกายได้มากขึ้น ช่วยบำรุงกระดูกและฟัน มีมากในน้ำมันและผลิตภัณฑ์จากนม ปลา ไข่แดง ถั่ว เห็ด
วิตามิน อี
รักษาเซลล์และเนื้อเยื่อของร่างกาย ป้องกันปอดจากมลภาวะ ช่วยสร้างเซลล์เม็ดเลือด มีมากในผักใบเขียว ข้าวโอ๊ต ข้าวสาลี
วิตามิน เค
มีความสำคัญในการแข็งตัวของเลือด มีมากในผักใบเขียว
แคลเซียม
สร้างกระดูกและฟันให้แข็งแรง มีมากในผักใบเขียว บล๊อคโคลี่
เหล็ก
ลำเลียงออกซิเจนจากปอดไปสู่ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ส่วนสำคัญในการสร้างเม็ดเลือดแดง มีมากใน พรึกหยวกแดง พักใบเขียว บล๊อคโคลี่ สาหร่ายทะเล
โปแตสเซียม
รักษาการทำงานของกล้ามเนื้อและเส้นประสาท รักษาความสมดุลของของเหลวในร่างกาย มีมากใน สาหร่ายทะเล พรึกหยวกแดง ถั่วฝักยาว บล๊อคโคลี่ มะเขือเทศ พักใบเขียว ส้ม
สังกะสี
ช่วยเสริมระบบภูมิคุ้มกันโรคของร่างกาย ช่วยให้แผลหายเร็วและเซลล์เจริญเติบโต มีมากในต้นข้าวสาลี หัวผักกาด

การบำรุงรักษา

ข้อควรระวัง: ก่อนที่จะถอดหรือประกอบเครื่องกลับ ต่อนแน่ใจว่าปิดสวิชและดึงปลั๊กออกแล้ว เพื่อให้การล้างทำความสะอาดง่ายขึ้น ให้คุณใส่น้ำเข้าเครื่องเพื่อล้างเครื่องเบื้องต้นหลังจากใช้งานทันที

1. การล้างเบื้องต้น ใ้ฝาครอบช้อนน้ำออกและปิดจุก ววที่รองรับน้ำพักผลไม้เข้าที่

- ก. เปิดสวิชและเติมน้ำประมาณ 1 แก้วลงในช่องใส่ผักผลไม้
- ข. ปลอ่ยให้เครื่องเดินประมาณ 30 วินาที เปิดฝาจุกของช้อนน้ำคั้นออกให้น้ำจากในเครื่องไหลออกไปจนหมด คุณสามารถทำซ้ำได้หากต้องการ



2. ปิดสวิช ถอดปลั๊กออก ถอดส่วนประกอบต่างๆ ออกและล้างทำความสะอาดด้วยฟองน้ำ และน้ำยาล้างจาน ไม่ต้องล้างตัวมอเตอร์ ห้ามใช้ฟอยขัดหม้อหรือวัสดุหยาบๆ มาทำความสะอาด



- ทุกชิ้นส่วนยกเว้นตัวมอเตอร์ สามารถล้างด้วยเครื่องล้างจานได้ ห้ามจุ่มตัวมอเตอร์ลงในน้ำหรือล้างด้วยน้ำเป็นอันขาด
- ห้ามทำความสะอาดส่วนประกอบต่างๆ ด้วยแอมโมเนียหรือน้ำยาซักฟอก หรือด้วยแผ่นขัดหยาบ เพราะจะทำลายความวามและสร้างรอยขีดข่วนของส่วนประกอบได้
- ใช้แปรงที่นิ่มมาทำความสะอาดรูของตะแกรงแยกกากหากมีการอุดตัน
- ทำความสะอาดตัวมอเตอร์โดยเช็ดด้วยผ้าชุบน้ำหมาดๆ

การแก้ไขข้อบกพร่อง

หากเครื่องคั้นแยกกากไม่ทำงานเมื่อกดสวิช On แล้ว

- ตรวจสอบว่าปลั๊กไฟเสียบเข้ากับเต้าเสียบเรียบร้อยหรือไม่
- ตรวจสอบว่าที่เก็บน้ำพักผลไม้ติดตั้งเข้าล็อกกับตัวมอเตอร์เรียบร้อยแล้วหรือไม่

หากมีกลิ่นเกิดขึ้นเมื่อมอเตอร์เริ่มทำงาน

ปกติแล้วจะมีกลิ่นออกจากมอเตอร์เล็กน้อยเมื่อเริ่มใช้เครื่องใหม่ๆ หลังจากใช้ไป 5-6 ครั้งแล้วหากกลิ่นไม่หายกรุณาแจ้งศูนย์บริการรีนา-แวร์

เครื่องหยุดกะทันหันระหว่างคั้นแยกกาก

- อาจจะมีการกดผักผลไม้ลงในเครื่องแรงเกินไป กรุณาใช้ที่กดกดผักผลไม้อย่างช้าๆ และไม่แรงมาก
- อาจมีผักผลไม้ที่อยู่ในเครื่องมากเกินไป กรุณาใส่ผักผลไม้ลงไปในแต่พอควรในแต่ละครั้ง ป้องกันไม่ให้ผักผลไม้ติดค้างอยู่ภายใน
- ตรวจสอบว่าแรงเคลื่อนไฟฟ้าของบ้านได้ขนาดเท่ากับเครื่องคั้นแยกกากหรือไม่ (กรุณาดูหัวข้อคุณสมบัติเฉพาะในหัวข้อแรงเคลื่อนไฟฟ้า ในสมุดคู่มือนี้)

มีเสียงครางขณะเครื่องกำลังทำงาน

จะมีเสียงครางเป็นปกติเมื่อเครื่องทำงาน แต่หากคุณได้ยินเสียงที่ผิดปกติ กรุณาถอดสวิชปิดเครื่องทันที ถอดปลั๊กออกจากเต้าเสียบ และตรวจสอบว่าเพ็วคั้นกดล็อกลงในฝาครอบตะแกรงถูกต้องเรียบร้อยแล้วหรือไม่

การให้บริการเครื่องคั้นแยกกากกาแฟ™ รีนา-แวร์

อะไหล่

ควรใช้อะไหล่แท้ของรีนา-แวร์เท่านั้น

คุณสมบัติเฉพาะ

รุ่น: เครื่องคั้นแยกกากกาแฟ™ 3501

แรงเคลื่อนไฟฟ้า: 220 โวลต์ 50/60 เฮิรต

ใช้กระแสไฟฟ้า: 250วัตต์

น้ำหนัก: 4.6 กิโลกรัม

กรุณาดูรายละเอียดจากฉลากใต้ฐานเครื่อง

การรับประกัน

การรับประกันเครื่องคั้นแยกกากกาแฟ™ แบบจำกัด

รีนา-แวร์ขอรับประกันว่าเครื่องคั้นแยกกากกาแฟ™ จะปราศจากข้อบกพร่องของวัสดุและกระบวนการผลิตเป็นเวลา 1 ปีนับแต่วันที่ซื้อ เครื่องคั้นแยกกากกาแฟ™ ออกแบบมาเพื่อใช้ในครัวเรือนที่อยู่อาศัยเท่านั้น การรับประกันนี้ไม่ครอบคลุมถึงความเสียหายที่เกิดจากการใช้งานอย่างหนักและหรือใช้ในการพาณิชย์ การรับประกันนี้ไม่ครอบคลุมความเสียหายอันเกิดจากการใช้ผิดวิธี, จงใจทำให้เสียหาย, ปรมากรเลินเล่อ, ขาดความระมัดระวัง, อุบัติเหตุ, ใช้กับแรงเคลื่อนไฟฟ้าไม่ถูกต้องตรงกับที่แจ้งไว้บนผลิตภัณฑ์หรือคู่มือ ซ่อมแซมหรือดัดแปลงอุปกรณ์โดยไม่ผ่านศูนย์บริการรีนา-แวร์ หรือขาดการบำรุงรักษา การรับประกันนี้ไม่ครอบคลุมถึงความเสียหายอื่นๆ ใดอันเป็นผลมาจากการใช้ผลิตภัณฑ์นี้

การแก้ไขข้อบกพร่องในกรณีที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขการรับประกัน

รีนา-แวร์อาจเลือกที่จะซ่อมหรือเปลี่ยนผลิตภัณฑ์หรือชิ้นส่วนของผลิตภัณฑ์ที่ชำรุดบกพร่องซึ่งรีนา-แวร์ได้ตรวจสอบแล้วว่าชำรุดบกพร่อง หากมีการเปลี่ยนผลิตภัณฑ์หรืออะไหล่ **ผลิตภัณฑ์หรืออะไหล่ชิ้นอื่นๆ ที่เปลี่ยนจะตกเป็นทรัพย์สินของรีนา-แวร์ การแก้ไขข้อบกพร่องจะมีเพียงที่กล่าวข้างต้นนี้เท่านั้น**

การขอรับบริการประกัน

การติดต่อเพื่อขอรับบริการประกัน กรุณาแจ้งรายละเอียดสภาพของผลิตภัณฑ์ที่บกพร่องให้ศูนย์บริการรีนา-แวร์ทราบ คุณอาจจะต้องส่งผลิตภัณฑ์ที่บกพร่องกลับไปให้ศูนย์บริการรีนา-แวร์เพื่อการขอรับบริการ โดยคุณต้องชำระค่าส่งเอง คุณอาจจะต้องแสดงเอกสารว่าคุณได้ซื้อผลิตภัณฑ์นี้จากรีนา-แวร์ไป หากรีนา-แวร์ตรวจสอบผลิตภัณฑ์พบความบกพร่องอยู่ภายใต้เงื่อนไขการรับประกันแล้ว รีนา-แวร์จะส่งผลิตภัณฑ์กลับไปให้คุณเอง

ข้อจำกัดอื่นๆ สำหรับการรับประกัน

การรับประกันนี้จะเป็นไปตามที่ได้กล่าวโดยชัดแจ้งข้างต้น การรับประกันโดยปริยายหรือตามความเข้าใจอื่นๆ จะเป็นการรับประกันที่กล่าวข้างต้น

การรับประกันนี้ใช้กับเครื่องคั้นแยกกาแฟเท่านั้น สินค้าอื่นๆ ของรีนา-แวร์จะมีใบรับประกันแยกต่างหาก



Rena Ware International offers many other great values, like our fabulous “water-less” cookware. Ask your Rena Ware Independent Representative for more information on our full product line.

If you love your Rena Ware Nutrex Press™ Juicer and other Rena Ware products, you may want to join our team. It’s easy, fun, exciting, and profitable. Contact your Independent Representative for more information on starting your own Rena Ware business!

Rena Ware International ofrece muchos otros beneficios, como nuestros fabulosos utensilios de cocina para cocinar con un mínimo de agua. Pídale más información sobre nuestra línea de productos a su Representante Independiente Rena Ware.

Si a usted le encanta su Extractor de jugo Nutrex Press™ de Rena Ware al igual que otros productos Rena Ware, tal vez quiera unirse a nuestro equipo. Es fácil, divertido, emocionante y lucrativo. ¡Comuníquese con su Representante Independiente para recibir más información sobre cómo comenzar su propio negocio Rena Ware!

รีนา-แวร์ เสนอสิ่งมีคุณค่าต่างๆ มากมาย เช่น การปรุงอาหารโดย “ใช้น้ำแต่น้อย” อันมีชื่อเสียงของรีนา-แวร์ กรุณาติดต่อผู้แทนขายตราฮิสระ-ของรีนา-แวร์ เพื่อทราบถึงสินค้าอื่นๆ ของรีนา-แวร์ได้ หากคุณรักและชอบเครื่องคั้นแยกกากนุเทร็กซ์™ และสินค้าอื่นๆ ของรีนา-แวร์ คุณอาจจะอยากจะมาร่วมงานกับ รีนา-แวร์ มันสนุก ง่าย ตื่นเต้นและมีรายได้ดีด้วย กรุณาติดต่อผู้แทนขายตราฮิสระ-รีนา-แวร์เพื่อขอข้อมูลต่างๆ ในการเริ่มทำธุรกิจรีนา-แวร์ของคุณ

