

# Cuisinart®

MANUAL DE INSTRUCCIONES Y LIBRO DE RECETAS



**Extractor de jugos**

**CSJ-300 Y SUS VARIANTES**

Para su seguridad y para disfrutar plenamente de este producto, siempre lea cuidadosamente las instrucciones antes del uso.

---

# MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Al usar aparatos eléctricos, siempre debe tomar precauciones básicas de seguridad, entre ellas las siguientes:

1. Lea cuidadosamente todas las instrucciones antes de usar el aparato.
2. **Apague (“STOP”) y desenchufe el aparato cuando no esté en uso, antes de instalar/sacar piezas y antes de limpiarlo. Para desenchufar, agarre el enchufe y jálelo para sacarlo de la toma de corriente. Nunca jale el cable.**
3. Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, no sumerja el cable, el enchufe ni la base en agua ni en ningún otro líquido.
4. Los niños o las personas que carezcan de la experiencia o de los conocimientos necesarios para manipular el aparato, o aquellas cuyas capacidades físicas, sensoriales, o mentales estén limitadas, no deben usar el aparato sin la supervisión o la dirección de una persona responsable por su seguridad. Supervise el uso de este aparato cuidadosamente cuando sea usado por o cerca de niños. No permita que los niños jueguen con este aparato.
5. No use este producto en superficies inclinadas o inestables.
6. Evite el contacto con las piezas móviles.
7. No use este aparato si el cable o el enchufe están dañados, si no funciona correctamente, si está dañado, o después de que se haya caído, incluso en el agua; Llame al servicio de atención al cliente del fabricante para obtener información sobre cómo hacer revisar, reparar o ajustar el aparato.
8. El uso de accesorios no recomendados o vendidos por el fabricante presenta un riesgo de incendio, descarga eléctrica o heridas.
9. No permita que el cable cuelgue del borde de la encimera o de la mesa, ni que tenga contacto con superficies calientes, incluso la estufa.
10. Compruebe que la tapa del extractor está debidamente cerrada antes de encender el aparato. No abra la cubierta durante el uso.
11. Ponga el interruptor en “STOP” (posición central) después de cada uso para apagar la unidad, y espere hasta que el motor se detenga antes de desensamblarla.
12. No introduzca los dedos ni ningún objeto en la boca de alimentación mientras el aparato está enchufado. Si alimentos quedan atascados en la boca de alimentación, empújelos con el empujador o con otra fruta/vegetal, o apague el aparato y desensamble la unidad.

13. Compruebe que la tapa del extractor está debidamente cerrada antes de encender el aparato. Si no lo está, el mecanismo de bloqueo de seguridad no funcionará y el aparato no se pondrá en marcha. No afloje ni abra la tapa durante el uso.
14. No use el aparato en exteriores; no está diseñado para esto.
15. Use el aparato con corriente de 120 V~ solamente.
16. El aparato está cableado para uso doméstico solamente.
17. Use este aparato únicamente con el propósito para el cual fue diseñado y solamente según las instrucciones de este manual de instrucciones.
18. No use el aparato sin el recolector de pulpa puesto.
19. No haga funcionar el aparato debajo o dentro de un armario/gabinete. **Siempre desenchufe el aparato antes de guardarlo en un armario/gabinete.** Dejar el aparato enchufado representa un riesgo de incendio, especialmente si este toca las paredes o la puerta del armario/gabinete cuando se cierra.
20. No coloque el aparato sobre o cerca de un quemador a gas o de un hornillo eléctrico caliente, ni en un horno caliente.
21. CUCHILLA AFILADA; SIEMPRE USE EL EMPUJADOR

## GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES PARA USO DOMÉSTICO SOLAMENTE

Este aparato no contiene ninguna pieza que pueda ser reparada/cambiada por el usuario. No intente reparar este producto.

El cable provisto con este aparato es corto, para reducir el riesgo de que alguien se enganche o tropiece con un cable más Corte más largo. **PUEDA USAR UN CABLE ALARGADOR/DE EXTENSIÓN, PERO CON CUIDADO. LA CLASIFICACIÓN NOMINAL DEL MISMO DEBE SER POR LO MENOS IGUAL A LA DEL APARATO.**

Coloque el cable alargador/de extensión sobre la encimera o la mesa de tal forma que niños no puedan jalar o tropezar con este.

# ÍNDICE

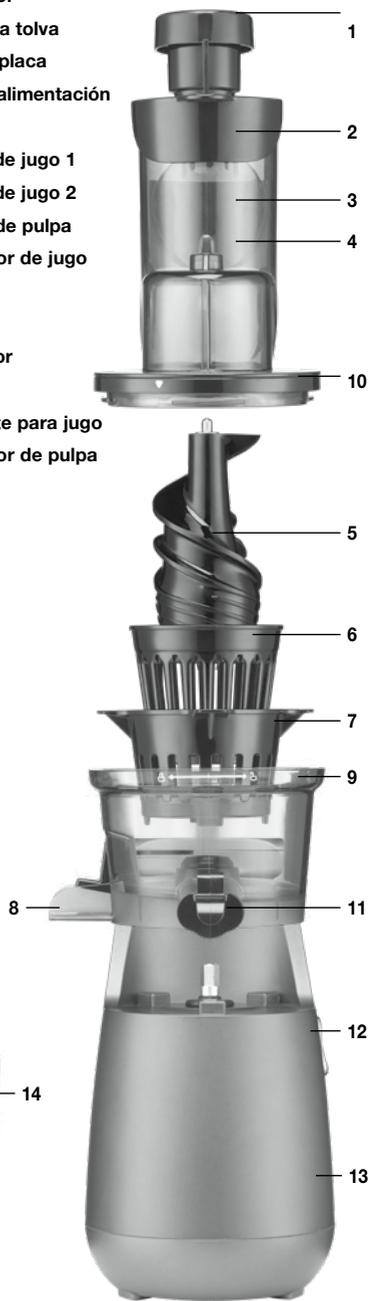
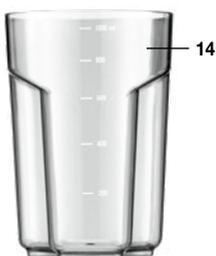
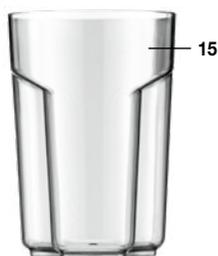
Medidas de seguridad importantes .....	2
Piezas y características.....	3
Antes del primer uso .....	3
Instrucciones de ensamblaje .....	4
Instrucciones de desmontaje.....	5
Instrucciones de operación.....	5
Limpieza y mantenimiento .....	5
Consejos y sugerencias .....	5
Resolución de problemas .....	6
Tabla de rendimiento aproximado .....	7
Garantía .....	8
Recetas .....	9

## ANTES DEL PRIMER USO

- Retire el aparato del material de embalaje y quite las etiquetas promocionales pegadas a su cuerpo. Cerciórese de que todas las piezas descritas en la sección "Piezas y características" están incluidas.
- Le aconsejamos que guarde el material de embalaje.
- Antes de usar el aparato por primera vez, límpielo con un paño ligeramente humedecido para quitar el polvo acumulado durante el transporte.
- Lave cuidadosamente la tapa, el empujador, la boca de alimentación con tolva, el recolector de pulpa, el recipiente para jugo y el conjunto colador de plástico a mano o en la bandeja superior del lavavajillas.
- Nunca sumerja la base en agua, ni lo meta en el lavavajillas. Límpielo con un paño ligeramente humedecido.

## PIEZAS Y CARACTERÍSTICAS

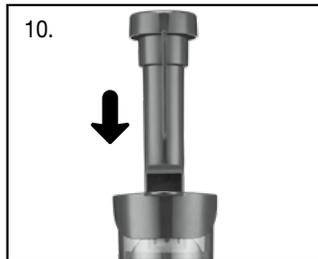
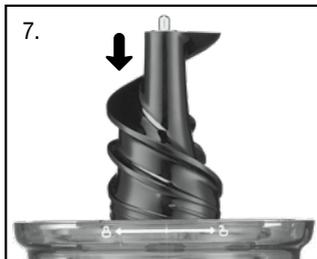
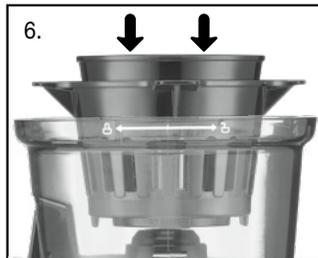
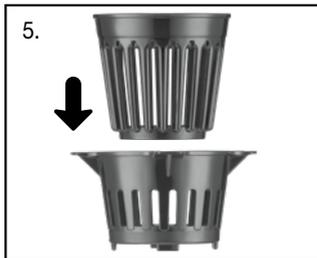
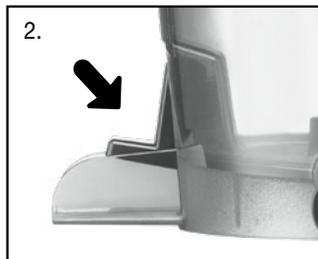
1. Empujador
2. Tapa de la tolva
3. Tolva de placa
4. Boca de alimentación
5. Barrena
6. Colador de jugo 1
7. Colador de jugo 2
8. Surtidor de pulpa
9. Recolector de jugo
10. Tapa
11. Pico
12. Interruptor
13. Base
14. Recipiente para jugo
15. Recolector de pulpa



# INSTRUCCIONES DE ENSAMBLAJE

## Como ensamblar el extractor de baja velocidad

1. Coloque la base sobre una superficie limpia y plana. Compruebe que la unidad está desenchufada.
2. Cierre el surtidor de pulpa. Cuando oiga un clic, esto significa que la tapa está cerrada de forma segura.
3. Coloque el recolector de jugo, alineando las columnas fijas en el recipiente para jugo.
4. Inserte el recolector de jugo en el punto fijo de la carcasa.
5. Coloque el colador de jugo interno en el colador de jugo externo (juntos, esto se conoce como el conjunto colador).
6. Coloque el conjunto colador en el recolector de jugo, presionando firmemente las orillas del conjunto colador hasta que quede seguro.
7. Coloque la barrena en el conjunto colador, presionando firmemente hacia abajo hasta que quede segura.
8. Coloque la tapa sobre el recolector de jugo. Alinee la flecha en la tapa con el símbolo de candado abierto en el tazón. La tapa debe estar asentada uniformemente en el recolector de jugo. Gire la tapa en sentido horario hasta que se bloquee.
9. Coloque el recipiente para jugo al lado de la unidad, debajo del pico, y coloque el recolector de pulpa debajo del surtidor de pulpa.
10. Introduzca el empujador en la boca de alimentación, alineando las muescas en el empujador con la pequeña ranura en el interior de la boca de alimentación.



---

## INSTRUCCIONES DE DESMONTAJE

1. Ponga el interruptor en "STOP", y luego desenchufe el aparato.
2. Compruebe que el pico está cerrado. Retire el recipiente para jugo.
3. Desbloquee la tapa, girándola en el sentido antihorario, y luego retírela del recolector de jugo. Retire el empujador de la boca de alimentación.
4. Retire la barrena, el conjunto colador y el recolector de jugo.

## INSTRUCCIONES DE OPERACIÓN

1. Asegúrese de que el aparato está debidamente ensamblado. (Véase las instrucciones de ensamblaje en la página 4.)
2. Enchufe el aparato en una toma de corriente de 120 V.
3. Lave las frutas y los vegetales con las cuales desea hacer jugo.
4. Coloque las frutas y los vegetales en la boca de alimentación, con la ayuda del empujador. Se pueden añadir artículos más grandes a la boca de alimentación levantando la tapa de la tolva y colocándolos directamente en la tolva de placa para hacer jugo.
5. Si una fruta/vegetal mide más de 2¾ in. (7 cm), córtela en pedazos.
6. Ponga el interruptor en "ON" para empezar a exprimir el jugo.

Función de reversa ("REV"): Use la función de reversa ("REV") cuando necesite limpiar la barrena para evitar que la zona de extracción del jugo se obstruya.

7. El jugo saldrá por el pico y caerá en el recipiente para jugo; la pulpa se acumulará en el recolector de pulpa.
8. Después de terminar, ponga el interruptor en "STOP" para apagar el motor.
9. Si la máquina se apaga repentinamente durante el uso, ponga primero el interruptor en "STOP" y luego en "REV". Para hacer subir los alimentos de la barrena, suelte y luego ponga el interruptor en "ON". Repita esto 3 veces.
  - a) Cuando la máquina esté en marcha reversa, presione suavemente la tapa para evitar que se afloje.
  - b) Si la máquina sigue sin funcionar, desmóntela y lávela antes de intentar otra vez.

## LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

No sumerja la base en agua, ni lo rocíe con agua. Límpielo con una esponja, un paño o un papel absorbente ligeramente humedecido. Use detergente líquido. No use polvos abrasivos o productos que contienen amoníaco, puesto que pueden rayar o dañar la superficie.

Para una fácil limpieza, quite el exceso de pulpa acumulada en el colador y en la tapa después de cada uso. No deje que la pulpa se seque en las piezas; esto dificulta la limpieza.

1. Desenchufe, y luego desensamble el aparato según se describe en la sección "Instrucciones de desmontaje".
2. Enjuague todas las piezas removibles en agua fría.
3. Lave el recolector de pulpa, el recipiente para jugo, el recolector de jugo, la tapa, el empujador, la boca de alimentación con tolva y el conjunto colador en agua jabonosa caliente, o en la bandeja superior del lavavajillas. No use cepillos o estropajos metálicos.
4. Seque todas las piezas con una toalla.
5. Cualquier otro servicio debe ser realizado por un técnico autorizado.

## CONSEJOS Y SUGERENCIAS

- Siempre remoje las nueces antes de exprimirlas. (véase la tabla en la página 7 para más información).
- Cuando haga jugos mixtos y "leches" de nueces, es preferible tener el pico en la posición cerrada para permitir que el jugo/la leche se mezcle antes de salir del pico.
- El jugo fresco contiene el 95 % de los nutrientes de las frutas y de los vegetales. Tomar jugo fresco es la forma más rápida y eficaz de digerir frutas/vegetales, y absorber sus nutrientes. Digerir frutas enteras puede demorar hasta una hora mientras digerir jugo fresco demora solamente 15 minutos.
- Los jugos frescos ayudan a eliminar las toxinas del cuerpo. Por lo tanto, son una gran ayuda para bajar de peso y limpiar el organismo.
- Siempre use frutas y vegetales frescos y de temporada. Es preferible usar frutas/vegetales producidos sin químicos o fertilizantes sintéticos. Las frutas y los vegetales de temporada son mucho más económicos y más sabrosos.
- Lave las frutas/vegetales inmediatamente después de comprarlos y guárdelos en el refrigerador. Así, siempre estarán listos para hacer jugo fresco.
- Siempre use las frutas/vegetales pronto después de comprarlos. Cuanto más tiempo las guarde, más nutrientes perderán.

- Tome el jugo fresco inmediatamente después de hacerlo, porque pierde sus nutrientes rápidamente.
- Algunas frutas deben pelarse antes de hacer jugo. P. ej., pele las piñas, los melones, los mangos, las papayas y todas las frutas de piel no comestible. También quite los huesos/pepas/semillas de las frutas como los duraznos, las cerezas, los mangos, etc.
- El jugo de cítricos (limón, naranja, toronja, etc.) preparado con el extractor es sabroso, cremoso y rico en nutrientes.
- Pele los pepinos antes de hacer jugo si han sido tratados con cera.
- Cuando combine varios tipos de frutas o vegetales, procese los alimentos suaves primero.
- Si una receta incluye hierbas o verduras de hoja, colóquelas entre dos ingredientes más firmes para sacar máximo jugo.
- Déjese guiar por su gusto para combinar frutas y vegetales. Las recetas incluidas en el libro de recetas son solo ejemplos; las posibilidades son infinitas.

No dude en probar varias combinaciones de frutas y vegetales.

- Las zanahorias son perfectas para combinar con otros vegetales, y las manzanas son perfectas para combinar con otras frutas.
- Las remolachas y las zanahorias contienen mucho azúcar. Por lo tanto, son ideales para neutralizar el amargor de ciertos vegetales.
- Use su extractor de baja velocidad conjuntamente con su licuadora. P. ej., puede licuar jugo fresco con bananas, yogur y proteínas en polvo para preparar deliciosos batidos proteicos.
- También puede preparar versiones más saludables de sus cócteles favoritos, usando jugo fresco.
- Combine jugos frescos con agua con gas o “seltzer” para preparar soda natural.
- La pulpa extraída durante la extracción del jugo tiene muchos beneficios para la salud. Su contenido en fibras es alto y puede usarse de varias maneras. Véase nuestras recetas para descubrir cómo puede incorporar pulpa a su dieta.

## RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PROBLEMA	SOLUCIÓN
El motor se apaga durante el uso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponga el interruptor en “REV” por 2 a 3 segundos para liberar los alimentos atascados en el extractor, y luego póngalo en “ON” (esto se puede repetir 3 veces).</li> <li>• Permita que el motor se enfríe por 20 minutos antes de volver a encender la máquina.</li> </ul>
Ruidos anormales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coloque el aparato sobre una superficie nivelada.</li> <li>• Apague el aparato y compruebe que está ensamblado de manera correcta.</li> </ul>
El aparato no se enciende	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compruebe que el cable está enchufado.</li> <li>• Ponga el interruptor en “ON” para encender el aparato.</li> </ul>
El jugo fluye muy despacio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compruebe que el pico está abierto.</li> <li>• Ponga el interruptor en “REV” por 2 a 3 segundos para liberar los alimentos atascados en el extractor, y luego póngalo en “ON” (esto se puede repetir 3 veces).</li> <li>• Remoje los alimentos en agua limpia. Después de que absorban completamente el agua, más jugo fluirá.</li> </ul>
Las hierbas o las verduras de hoja son difíciles de introducir en la boca de alimentación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Colóquelas entre otros ingredientes.</li> </ul>
Sigue saliendo jugo del pico, aunque el aparato está apagado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compruebe que el pico está completamente cerrado.</li> </ul>
La unidad está encendida, pero no extrae jugo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ponga el interruptor en “REV” por 2 a 3 segundos para liberar los alimentos atascados en el extractor, y luego póngalo en “ON” (esto se puede repetir 3 veces).</li> </ul>

## TABLA DE RENDIMIENTO APROXIMADO

FRUTA	CANTIDAD	RINDE
Cerezas (deshuesadas)	5 onzas (140 g)	Aprox. 4 onzas (120 ml)
Durazno (sin hueso)	1 mediano, 7 onzas (195 g)	Aprox. 4 onzas (120 ml)
Fresas	1 taza (150 g)	Aprox. 6 onzas (175 ml)
Granada (semillas solamente)	1 taza de semillas, aprox. 6 onzas (170 g)	Aprox. 4 onzas (120 ml)
Kiwi (pelado)	1 fruta, aprox. 5 onzas (140 g)	2 onzas (60 ml)
Limón (pelado y en cubos)	1 fruta, aprox. 5 onzas (140 g)	2 onzas (60 ml)
Manzanas	1 libra (455 g), aprox. 3 manzanas pequeñas	Aprox. 10 onzas (295 ml)
Melón (pelado y sin semillas)	5 onzas (140 g), en cubos	4 onzas (120 ml)
Naranja (pelada)	1 mediana, 7 onzas (200 g)	Aprox. 4 onzas (120 ml)
Papaya (pelada y sin semillas)	½ fruta, 10 onzas (285 g)	8 onzas (235 ml)
Peras	1 mediano, aprox. 7 onzas (195 g)	Aprox. 4 onzas (120 ml)
Piña (pelada)	½ fruta	Aprox. 12 onzas (355 ml)
Sandía (sin semillas, pelada)	5 onzas (140 g), en cubos	4 onzas (120 ml)
Toronja (pelada)	1 fruta mediana a grande, aprox. 1 libra (455 g)	10 onzas (295 ml)
Uvas	1 libra (455 g)	10 onzas (295 ml)
VEGETAL	CANTIDAD	RINDE
Apio, en trozos de 2 in. (5 cm)	4 tallos grandes, aprox. 12 onzas (340 g)	8 onzas (235 ml)
Col	¼, aprox. 8 onzas (225 g)	Aprox. 2.5 onzas (75 ml)
Hierba de trigo	2 onzas (55 g)	1.5 onzas (45 ml)
Pepino	1 mediano a grande, aprox. 11 onzas (310 g)	Aprox. 6 onzas (175 ml)
Perejil	1 racimo, aprox. 4 onzas (115 g)	Aprox. 2 onzas (60 ml)
Pimientos dulces	1 mediano, aprox. 7 onzas (195 g)	4 onzas (120 ml)
Remolachas	1 mediana, aprox. 7 onzas (195 g)	4 onzas (120 ml)
Tomate	1 mediano, aprox. 6 onzas (170 g)	4 onzas (120 ml)
Verduras de hoja	8 hojas, aprox. 4 onzas (115 g)	2 onzas (60 ml)
Zanahorias	1 libra (455 g)	7 onzas (205 ml)
NUECES (REMOJADAS POR UNA NOCHE)	CANTIDAD	RINDE
Almendras	1 taza + 1 taza (235 ml) de agua	Aprox. 7 onzas (205 ml)
Anacardo	1 taza + 1 taza (235 ml) de agua	Aprox. 8 onzas (235 ml)
Nueces de Macadamia	1 taza + 1 taza (235 ml) de agua	Aprox. 9.5 onzas (280 ml)
Pistacho	1 taza + 1 taza (235 ml) de agua	Aprox. 9.5 onzas (280 ml)

## PÓLIZA DE GARANTÍA

CORPORACIÓN MILENIUM, S. DE R.L. DE C.V.

Garantiza este producto por 3 años en todas sus partes y mano de obra contra cualquier defecto de fabricación y funcionamiento a partir de la fecha de entrega al consumidor final.

### Términos y condiciones

1. Para hacer efectiva esta garantía solamente necesita la presentación del producto acompañada de la póliza correspondiente, debidamente sellada por el establecimiento que lo vendió, o la factura o recibo o comprobante, en el que conste los datos específicos del producto objeto de la compraventa en nuestros centros de servicio que se ubican en :

#### MATRIZ

- Av. Gustavo Baz # 4885 Int. PA1, Col. San Pedro Barrientos, Tlalnepanitla de Baz, Estado de México,  
Tel. 55 2169 9000 Lada sin Costo 800 7-CONAIR (800 726 6247)

#### Zona Norte

##### CASA BARBA SATÉLITE

- Circuito Cirujanos # 18-A, Ciudad Satélite, Naucalpan, Estado de México,  
Tel. 55 5393 5048 / 55 5572 2892

##### CASA LEÓN JARDINES

- Av. Alcanfores # 60 Loc. E4, Plaza Jardines, Col. Jardines de San Mateo, Naucalpan, Estado de México, Tel. 55 5560 0513

##### CASA LEÓN SANTA MÓNICA

- Autopista México-Querétaro # 99, City Club Santa Mónica Loc. 18, Tlalnepanitla de Baz, Estado de México, Tel. 55 5362 3227

##### CASA LEÓN ZONA AZUL

- Circunvalación Pte. # 146 Loc. 2, Zona Azul, Ciudad Satélite, Naucalpan, Estado de México, Tel. 55 55720501

#### Zona Poniente

##### CASA BARBA POLANCO

- Arquimedes # 22 esq. Emilio Castelar, Col. Polanco, Miguel Hidalgo, Tel. 55 5281 4355 / 55 5281 2801

##### CASA LEÓN TACUBA

- Calz. México-Tacuba # 16, Col. Anáhuac, MiguelHidalgo, Tel. 55 5535 5967

#### Zona Sur

##### CASA BARBA DEL VALLE

- Amores # 1415 entre San Lorenzo y Félix Cuevas, Col. Del Valle, Benito Juárez, Tel. 55 5604 5583

## FORÁNEOS

Aguascalientes, Ags.

##### SERVICIO ELECTROMECÁNICO

- Av. Héroe Inmortal # 807, Fracc. Morelos I, Aguascalientes, Ags. Tel. 44 9977 1040

Culiacán, Sin.

##### MAGNETOS Y REFACCIONES CULIACÁN

- Gabino Vázquez # 840 esq. Escuadrón 201, Fracc. Los Pinos, Culiacán, Sin., Tel. 66 7717 3051

Guadalajara, Jal.

##### MAGNETOS Y REFACCIONES GUADALAJARA

- Av. De La Paz # 80, Col Mexicaltzingo, Guadalajara, Jal., Tel. 33 3613 4116

León, Gto.

##### MAGNETOS Y REFACCIONES LEÓN

- Calz. Tepeyac # 228-A, Col. León Moderno, León, Gto., Tel. 44 7712 9475

Monterrey, N.L.

##### MAGNETOS Y REFACCIONES MONTERREY

- Albino Espinoza Ote. #955, Col. Centro, C.P. 64000, Monterrey, N.L., Tel. 81 11335566

Puebla, Pue.

##### SERVICIO MORALES PUEBLA

- Calle 4 Poniente # 711, Col. Centro, Puebla, Pue., Tel. 22 2246 5473

Querétaro, Qro.

##### SERVICIO MAPROLIM QUERÉTARO

- José Siurob # 1-A esq. Encarnación Cabrera, Col. Mercurio, Querétaro, Qro., Tel. 44 2212 6815

2.- La empresa se compromete a reparar o cambiar el producto, así como las piezas y componentes defectuosos del mismo sin ningún cargo para el consumidor y a cubrir los gastos que se deriven de la presente garantía, así como los gastos de transportación del producto que deriven del cumplimiento de dicha garantía dentro de nuestra red de servicios.

3.- El tiempo de reparación en ningún caso será mayor a 30 días contados a partir de la recepción del producto en nuestro centro de servicio.

ESTA GARANTÍA NO ES VÁLIDA EN LOS SIGUIENTES CASOS:

A) CUANDO EL PRODUCTO SE HUBIESE UTILIZADO EN CONDICIONES DISTINTAS A LAS NORMALES.

B) CUANDO EL PRODUCTO NO HUBIESE SIDO OPERADO DE ACUERDO CON EL INSTRUCTIVO DE USO QUE SE LE ACOMPAÑA.

C) CUANDO EL PRODUCTO HUBIESE SIDO ALTERADO O REPARADO POR PERSONAS NO AUTORIZADAS POR EL FABRICANTE

NACIONAL, IMPORTADOR O COMERCIALIZADOR RESPONSABLE RESPECTIVO.

PRODUCTO: EXTRACTOR DE JUGOS

MARCA: CUISINART

MODELO(S): CSJ-300 Y SUS VARIANTES

DISTRIBUIDOR: \_\_\_\_\_

CALLE Y NÚMERO: \_\_\_\_\_

COLONIA O POBLADO: \_\_\_\_\_

DELEGACIÓN O MUNICIPIO: \_\_\_\_\_

CÓDIGO POSTAL, CIUDAD Y ESTADO: \_\_\_\_\_

TELÉFONO: \_\_\_\_\_

FECHA DE ENTREGA O INSTALACIÓN: \_\_\_\_\_

Nota: en caso de que la presente garantía se extraviara, el consumidor puede recurrir a su proveedor para que se le expida otra póliza de garantía previa presentación de la nota de compra o factura respectiva. En caso de requerir de partes, componentes y accesorios para servicio de nuestros productos estos se pueden adquirir en el domicilio de la Casa Matriz.

---

**PRODUCTO:** EXTRACTOR DE JUGOS

MARCA CUISINART

**MODELO:** CSJ-300 Y SUS VARIANTES

**IMPORTADOR EXCLUSIVO:** CORPORACIÓN MILENIUM S. DE R.L. DE C.V.

TEL: 552169-9000 ATENCIÓN A CLIENTES

AV. GUSTAVO BAZ, NO. 4885 INT. PA1 COL. SAN PEDRO

BARRIENTOS, TLALNEPANTLA DE BAZ, EDO. DE MÉXICO, MÉXICO,

C.P. 54010 RFC CMI930107U40

HECHO EN CHINA

120 V~ 60 Hz 200 W

CONSUMO DE ENERGÍA EN OPERACIÓN: 69,99 Wh

CONSUMO DE ENERGÍA EN MODO DE ESPERA: NO APLICA

CANTIDAD DE PRODUCTO O SERVICIO OFRECIDA POR UNIDAD DE

ENERGÍA CONSUMIDA: NO APLICA

Este aparato no debe utilizarse por personas (incluyendo niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o carezcan de experiencia o conocimiento, a menos de que reciban supervisión o capacitación.

Este aparato no es un juguete. Mantengalo fuera del alcance de los niños.

**CONTENIDO: 9 PIEZAS**

(motor, recolector de jugo, recolector de pulpa, empujador,

2 coladores de jugo, barrena, tolva y tapa)



# RECETAS

## JUGOS

Jugo de toronja, lima y jengibre.....	10
Jugo de naranja MÁS.....	10
Refresco de piña y manzana .....	10
Jugo de manzana picante.....	11
Mezcla verde.....	11
Jugo energizante de vegetales.....	11
Jugo vitamínico dulce .....	11
Jugo de manzana y fresas.....	12

## GASEOSAS

“Spritz” de piña con menta.....	12
“Spritz” de limón y fresas .....	12

## BATIDOS

Naranja, piña, banana, kiwi.....	13
Banana, col rizada, leche de almendra, dátiles.....	13

## “LECHES” DE NUECES

Leche dorada de anacardo.....	13
Pistacho-agua de rosas .....	14
Horchata de almendra.....	14

## CÓCTELES

Paloma .....	14
“Swizzle” de ron.....	15
Sangría blanca con gas .....	15

## JUGOS

### Jugo de toronja, lima y jengibre

Estos ingredientes naturalmente van bien juntos.  
Para cambiarlo, sírvalo sobre un vaso de hielo con un chorrito de agua con gas (“seltzer”) o tónica.

Rinde 1 porción

**1 toronja grande, pelada y cortada en cuartos**

**¼ lima, pelada y partida por la mitad**

**1 trozo de ½ in. (1.5 cm) de jengibre**

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar todos los ingredientes.

3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver y beber inmediatamente, preferiblemente con hielo.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías 50 (4 % de grasa) • Carbohidratos 13 g • Proteínas 1 g  
Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 1 mg  
Calcio 160 mg • Fibra 2 g*

### Jugo de naranja MÁS

El nombre de este jugo proviene de su color anaranjado oscuro. La dulzura de la naranja y de las zanahorias equilibran el sabor picante y la acidez de los demás ingredientes.

Rinde 2 porciones

**1 naranja mediana, pelada y cortada en cuartos**

**3 zanahorias**

**1 toronja grande, pelada y cortada en cuartos**

**1 trozo de ½ in. (1.5 cm) de jengibre**

**1 trozo de ¼ in. (0.5 cm) de raíz de cúrcuma**

**¼ limón pelado y partido por la mitad**

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar todos los ingredientes.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías 106 (5 % de grasa) • Carbohidratos 26 g • Proteínas 2 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 76 mg  
Calcio 370 mg • Fibra 6 g*

### Refresco de piña y manzana

Un jugo dulce que también les encantará a los niños. Es una deliciosa gaseosa cuando se sirve con hielo y un poco de agua con gas (“seltzer”) o tónica.

Rinde 2 porciones

**1 manzana verde mediana, cortada para caber en la boca de alimentación**

**3 a 4 cucharadas de menta (cerciórese de colocar la menta entre dos artículos más firmes, como la manzana y la piña)**

**¼ piña, pelada y cortada para caber en la boca de alimentación (de ser necesario)**

#### ¼ limón pelado y partido por la mitad

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en "ON" y procesar todos los ingredientes.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

Calorías 115 (4 % de grasa) • Carbohidratos 29 g • Proteínas 1 g  
Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 6 mg  
Calcio 30 mg • Fibra 5 g

## Jugo de manzana picante

Un jugo clásico para el paladar adulto. Picante, agrio y refrescante.

Rinde 2 porciones

#### 2 manzanas verdes medianas, cortadas para caber en la boca de alimentación

#### ¼ limón pelado y partido por la mitad

#### 1 trozo de ½ in. (1.5 cm) de jengibre 1 pizca o más, según su preferencia) de pimienta de cayena (opcional)

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en "ON" y procesar todos los ingredientes excepto la pimienta de cayena.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Agregar la pimienta de cayena (opcional), revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

Calorías 84 (4 % de grasa) • Carbohidratos 23 g • Proteínas 0 g  
Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 1 mg  
Calcio 220 mg • Fibra 5 g

## Mezcla verde

Los exprimidores de baja velocidad son conocidos por la calidad los jugos de verduras de hoja que producen, triturando y exprimiendo las hojas para retener los nutrientes importantes.

Rinde 2 porciones

#### 4 tallos de col rizada, sin la parte dura de abajo

#### 1 taza (30 g) de espinaca tierna (espinaca "baby")

#### 4 tallos de apio, cortado en tres pedazos

#### ½ pepino mediano, partido por la mitad a lo largo

#### ¼ limón, pelado

#### ¼ taza (15 g) de perejil fresco (hojas y tallos), opcional

#### 1 pizca de sal marina, opcional

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en "ON" y procesar todos los ingredientes, excepto la sal.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Agregar la sal (opcional), revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

Calorías 42 (4 % de grasa) • Carbohidratos 8 g • Proteínas 3 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 56 mg  
Calcio 346 mg • Fibra 1 g

## Jugo energizante de vegetales

Este jugo es un excelente balance de ingredientes dulces y no tan dulces. Es excelente para comenzar el día o darse energía por la tarde.

Rinde 1 porción

#### 2 zanahorias medianas a grandes

#### ¼ taza (15 g) de perejil fresco

#### 1 taza (30 g) de espinaca tierna (espinaca "baby") fresca

#### 1 remolacha grande, cortada para caber en la boca de alimentación

#### ½ naranja mediana, pelada y partida por la mitad

#### ¼ limón, pelado

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en "ON" y procesar todos los ingredientes, en el orden indicado.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

Calorías 124 (7 % de grasa) • Carbohidratos 29 g • Proteínas 4 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 164 mg  
Calcio 95 mg • Fibra 6 g

## Jugo vitamínico dulce

Recomendamos ser audaces con la cantidad de jengibre que usa en esta receta, ya que la dulzura de los demás ingredientes la equilibrará bien.

Rinde 2 porciones

#### 2 zanahorias medianas a grandes

- 1 remolacha, cortada para caber en la boca de alimentación
- 1 manzana, cortada para caber en la boca de alimentación
- 1 trozo de ½ a 1 in. (1.5 a 2.5 cm) de jengibre, según su preferencia

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar todos los ingredientes.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías 95 (6 % de grasa) • Carbohidratos 25 g • Proteínas 2 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 76 mg  
Calcio 81 mg • Fibra 5 g*

## Jugo de manzana y fresas

Un refresco dulce para los niños y los adultos. Añadir un poco de albahaca es una buena manera de cambiar este jugo un poco.

Rinde 2 porciones

- 1 manzana, cortada para caber en la boca de alimentación
- 1½ tazas (225 g) de fresas

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar todos los ingredientes.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver y beber inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías 70 (7 % de grasa) • Carbohidratos 17 g • Proteínas 1 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 2 mg  
Calcio 50 mg • Fibra 4 g*

## GASEOSAS

### “Spritz” de piña con menta

Este refresco es imprescindible cuando las temperaturas empiezan a subir.

Rinde 3 porciones

- 3 tazas (750 g) de cubos de piña de ¾ in. (2 cm) (equivalente a tres cuartos de piña mediana. Nota: cortar en cubos no es necesario; usar largos pedazos también funciona bien)

- ¼ taza (15 g) de menta fresca
- 1 cucharada (15 ml) de vinagre de sidra de manzana
- 1 taza (235 ml) de agua tónica
- 1 pizca de sal, preferiblemente sal rosada del Himalaya

**Hielo**

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar la piña y la menta.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Agregar el vinagre, el agua tónica y la sal.
5. Servir inmediatamente, con hielo.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías: 114 (1 % de grasa) • Carbohidratos 30 g • Proteínas 1 g  
Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 14 mg  
Calcio 220 mg • Fibra 2 g*

### “Spritz” de limón y fresas

Este cóctel presenta un buen balance de sabores ligeros y afrutados cuando se combina con el tónico.

Rinde 2 porciones

- 2 tazas (400 g) de fresas
- ½ a 1 limón pelado (según la dulzura de las fresas y su preferencia)
- 2 cucharadas de hojas de albahaca fresca
- ¾ taza (175 ml) de agua tónica helada

**Hielo**

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar las fresas, el limón y la albahaca.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Revolver bien y agregar el agua tónica.
5. Servir inmediatamente, con hielo.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías: 137 (8 % de grasa) • Carbohidratos 20 g • Proteínas 2 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 21 mg  
Calcio 50 mg • Fibra 6 g*

# BATIDOS

## Naranja, piña, banana, kiwi

Esta bebida refrescante es mejor con frutas heladas (excepto la banana).

Rinde 1 porción

- ½ **naranja mediana**
- 1 banana**
- 1 kiwi**
- 1 taza (250 g) de cubos de piña**

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar todos los ingredientes.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Servir inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías: 137 (8 % de grasa) • Carbohidratos 20 g • Proteínas 2 g  
Grasa 1 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 21 mg  
Calcio 50 mg • Fibra 6 g*

## Banana, col rizada, leche de almendra, dátiles

La banana y los dátiles proporcionan una agradable dulzura a esta bebida densa en nutrientes. ¡Recuerde de usar leche de almendras helada!

Rinde 2 porciones

- 1 banana**
- 4 pedazos de col rizada “lacinato” o regular**
- 2 dátiles deshuesados**
- 1 taza (235 ml) de leche de almendra helada**

1. Cerrar el pico y el surtidor de pulpa.
2. Poner el interruptor en “ON” y procesar la banana, la col rizada y los dátiles.
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Agregar la leche de almendra y revolver bien.
5. Servir inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías: 139 (11 % de grasa) • Carbohidratos 32 g • Proteínas 2 g  
Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 64 mg  
Calcio 221 mg • Fibra 4 g*

# “LECHES” DE NUECES

## Leche dorada de anacardo

La cúrcuma y el jengibre proveen muchos beneficios para la salud (antiinflamatorio y apoyo a la inmunidad), pero una ventaja añadida es que cuando los dos sabores se combinan, son realmente deliciosos. Los anacardos complementan muy bien los sabores de esta popular “leche dorada”.

Rinde 2 porciones

- 1 taza (150 g) de anacardos/acajús/marañones/castañas de cajú, remojados en agua por un mínimo de 8 horas, o hasta un máximo de una noche**
- 1 taza (235 ml) de agua fresca fría**
- 1 trozo de 1 in. (2.5 cm) de raíz de cúrcuma**
- 1 trozo de ½ in. (1.5 cm) de jengibre fresco**
- 1 cucharadita de miel**
- 1 cucharadita de aceite de coco**
- ¼ **cucharadita de canela en polvo**
- 1 pizca de pimienta negra recién molida**
- 1 pizca de sal marina fina**

1. Escurrir y pasar por agua fría los anacardos. Colocarlos en una taza medidora grande o un bol, junto con 1 taza (235 ml) de agua fría.
2. Poner el interruptor en “ON” (con el pico cerrado) y empezar a procesar los anacardos, una cucharada a la vez, y luego la cúrcuma y el jengibre (añadir gradualmente los anacardos y el agua). Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
3. Después de haber procesado todos los ingredientes, verter el jugo en una cacerola pequeña. Agregar los ingredientes restantes y calentar la mezcla a fuego lento, revolviendo constantemente hasta que el aceite de coco se haya derretido.
4. Retirar del fuego y servir tibio.

*Información nutricional por porción (basada en 2 porciones):*

*Calorías: 125 (8 % de grasa) • Carbohidratos 12 g • Proteínas 2 g  
Grasa 8 g • Grasa saturada 5 g • Colesterol 0 mg • Sodio 74 mg  
Calcio 67 mg • Fibra 0 g*

---

## Pistacho-agua de rosas

Esta leche floral evoca los sabores del Medio Oriente. El agua de rosas (también llamada “agua de flores de rosa”) es disponible en la sección de productos de repostería de algunos supermercados especializados, o se puede encontrar fácilmente en línea.

Rinde 1 porción

**1 taza (150 g) de pistachos, remojados en agua por un mínimo de 8 horas o hasta un máximo de una noche**

**1 taza (235 ml) de agua fresca fría**

**¼ a ½ cucharadita de agua de rosas (empezar con ¼ de cucharadita y añadir más, al gusto)**

**1 pizca de sal marina fina**

1. Escurrir y pasar por agua fría los pistachos. Colocarlos en una taza medidora grande o un bol, junto con 1 taza (235 ml) de agua fría.
2. Poner el interruptor en “ON” (con el pico cerrado) y empezar a procesar los pistachos, una cucharada a la vez, junto con el agua fresca (añadir gradualmente los pistachos y el agua). Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo. Si la leche de pistacho parece ser demasiado líquida, añadir (por la parte superior de la boca de alimentación) parte de la pulpa que se encuentra en el recolector de pulpa; esto dará más cuerpo y sabor a la bebida.
3. Una vez procesados todos los ingredientes, agregar el agua de rosas y la sal, y revolver. Servir inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías: 176 (68 % de grasa) • Carbohidratos 9 g • Proteínas 7 g  
Grasa 14 g • Grasa saturada 2 g • Colesterol 0 mg • Sodio 151 mg  
Calcio 35 mg • Fibra 32 g*

## Horchata de almendra

Esta refrescante bebida, tradicionalmente a base de leche de arroz, también es sabrosa preparada con leche de almendra y canela. Para llevarla al próximo nivel, puede agregarle ¼ de taza (60 ml) de café fuerte enfriado (después de que las almendras y el jengibre hayan sido procesados).

Rinde 1 porción

**1 taza (150 g) de almendras, remojadas en agua por una noche**

**1 taza (235 ml) de agua fresca fría**

**1 trozo de 1 in. (2.5 cm) de jengibre, pelado**

**1 cucharada de jarabe simple\***

**½ cucharadita de extracto natural de vainilla**

**½ cucharadita de canela en polvo**

1. Escurrir y pasar por agua fría los almendras. Colocarlas en una taza medidora grande o en un bol, junto con 1 taza (235 ml) de agua fresca fría.
2. Poner el interruptor en “ON” (con el pico cerrado) y empezar a procesar las almendras, una cucharada a la vez, junto con el agua y el jengibre (agregar gradualmente las almendras y del agua).
3. Cuando el recolector de jugo esté lleno de jugo, abrir lentamente el pico para permitir que el jugo fluya hacia el recipiente para jugo.
4. Después de haber procesado estos ingredientes, agregar los ingredientes restantes y revolver. Servir con hielo o refrigerar antes de beber.

\*El jarabe simple es azúcar disuelto en agua en partes iguales. Colocar ½ taza (100 g) de azúcar y ½ taza (120 ml) de agua en una cacerola pequeña y calentar a fuego medio. Cuando el azúcar se haya disuelto, retirar del fuego y enfriar hasta el momento de usar.

*Información nutricional por porción:*

*Calorías: 88 (8 % de grasa) • Carbohidratos 13 g • Proteínas 1 g  
Grasa 3 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 117 mg  
Calcio 435 mg • Fibra 2 g*

## CÓCTELES

### Paloma

La combinación de sabores picantes y agrios, con un toque de sal, hace que esta bebida sea aún más refrescante cuando hace calor.

Rinde 4 porciones

**1 toronja grande**

**1 lima/limón verde pequeña**

**4 onzas (120 ml) de tequila**

**Agua con gas**

**1 jalapeño pequeño, rebanado**

**Sal marina**

1. Pelar la toronja y la lima, y cortarlas para que quepan en la boca de alimentación. Procesar juntos y reservar el jugo.
2. Llenar cuatro vasos de whisky grandes con hielo. Añadir 1 onza (30 ml) de tequila en cada vaso. Distribuir el jugo uniformemente entre los vasos. Llenar hasta arriba con agua con gas.

- Agregar 2 a 4 rodajas de jalapeño o y una pizca de sal marina en cada vaso.
3. Revolver bien y servir inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

Calorías: 77 (8 % de grasa) • Carbohidratos 4 g • Proteínas 0 g  
Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 37 mg  
Calcio 41 mg • Fibra 0 g

## “Swizzle” de ron

Hecha famosa en las Bermudas, esta bebida puede “transportarle” fácilmente a una playa sin importar la temporada.

Rinde 6 porciones

- ¼ **piña fresca**
- 1 **naranja pequeña a mediana**
- 1 **limón pequeño**
- 8 **onzas (235 ml) de ron oscuro de las Bermudas**
- 2 **onzas (55 ml) de licor de naranja**
- ½ **onza (15 ml) de licor amargo (“bitter”) de naranja**

### Rodajas de naranja para decorar

1. Pelar la piña, la naranja y el limón. Cortarlos para que quepan en la boca de alimentación. Procesar juntos y reservar el jugo.
2. Colocar el jugo en una jarra grande y agregar el ron y el licor de naranja; revolver.
3. Llenar una coctelera con hielo y añadir la mezcla (en varias veces); agitar bien. Servir en vasos grandes con hielo. Decorar cada vaso con una rodaja de naranja. Servir inmediatamente.

*Información nutricional por porción:*

Calorías: 144 (21 % de grasa) • Carbohidratos 12 g • Proteínas 2 g  
Grasa 2 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 1 mg  
Calcio 94 mg • Fibra 1 g

## Sangría blanca con gas

Afrutada y ligera, esta bebida se puede personalizar fácilmente añadiendo o sustituyendo algunas de sus frutas de temporada favoritas.

Rinde aprox. 10 porciones

- 2 **duraznos**
  - 1 **taza (250 g) de cubos de piña**
  - 1 **manzana o pera mediana**
  - 1 **naranja mediana**
  - 1 **botella de vino blanco seco**
  - ⅓ **taza (80 ml) de licor de naranja**
  - ¼ **taza (60 ml) de jarabe simple\***
- Agua con gas**

1. Preparar las frutas. Deshuesar los duraznos. Dejar uno entero y cortar el segundo en cubos de ½ in. (1.5 cm). Cortar la mitad de la piña y la mitad de la manzana (o pera) en cubos de ½ in. (1.5 cm). Colocar los cubos de fruta en una jarra grande; reservar. Pelar la naranja.
2. Procesar el durazno entero, la piña restante, la manzana restante y la naranja juntos. Agregar el jugo a la jarra, junto con el vino blanco, el licor de naranja y el jarabe simple. Revolver.
3. Servir la sangría en vasos, con hielo: Distribuir los cubos de fruta uniformemente entre los vasos. Llenar hasta los tres cuartos con sangría y terminar con agua con gas.

\*El jarabe simple es azúcar disuelto en agua en partes iguales. Colocar ½ taza (100 g) de azúcar y ½ taza (120 ml) de agua en una cacerola pequeña y calentar a fuego medio. Cuando el azúcar se haya disuelto, retirar del fuego y enfriar hasta el momento de usar.

*Información nutricional por porción:*

Calorías: 138 (8 % de grasa) • Carbohidratos 16 g • Proteínas 1 g  
Grasa 0 g • Grasa saturada 0 g • Colesterol 0 mg • Sodio 1 mg  
Calcio 103 mg • Fibra 1 g

