

<b>Joyoung 九阳</b>	文件名称	不用手洗静音破壁机L12-Y3使用说明书
	颜色	单黑
	印刷工艺	210mmx140mm、128g亚粉纸
	编制部门及日期	设计部 2020-03-30

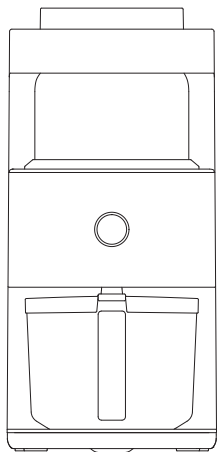
# 不用手洗静音破壁机L12-Y3/L12-Y3蓝/L12-Y3榛/L12-Y3白使用说明书

使用前，请仔细阅读使用说明书，并妥善保存

**Joyoung 九阳**

# 目录

请仔细阅读本使用说明书，以确保正确安全使用九阳不用手洗静音破壁机。  
本产品仅限家庭使用  
特别关注“注意事项”（第08页）



## 配件清单



量杯

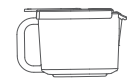
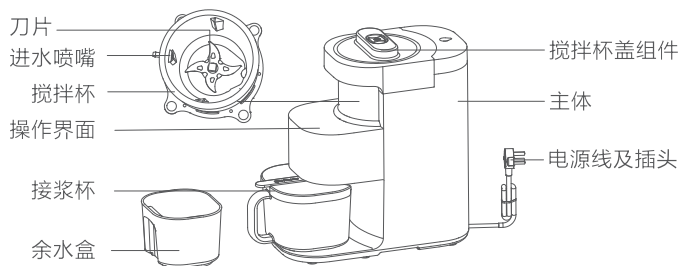


清洁刷

注：产品图片请以包装内实物为准！

使用前	
1.产品介绍	02
使用时	
2.操作指南	03
3.奶昔功能	04
4.全鱼汤功能	04
5.热烘除菌功能	04
6.调速功能	04
7.预约功能	05
8.清洗保养	05
遇到问题	
9.故障排除	06
10.故障代码	07
11.注意事项	08
12.食品接触材料信息	10
13.基本参数	10
14.有害物质限制使用标示卡	11
15.售后服务	11
16.食谱	12

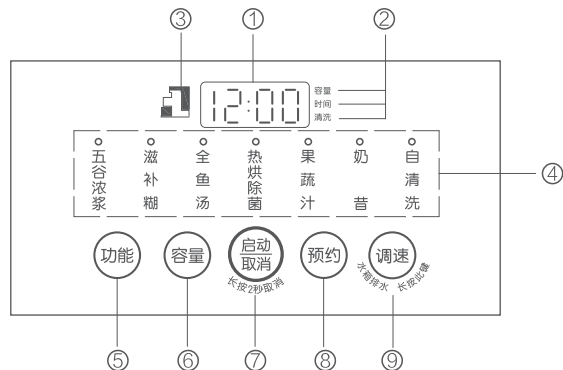
# 产品介绍



接浆杯及杯盖



余水盒



1.LED时间/容量显示

2.状态显示

3.异常提示

4.一键通功能菜单

5.功能选择键

6.容量选择键

7.启动/取消键

8.预约按键

9.调速按键

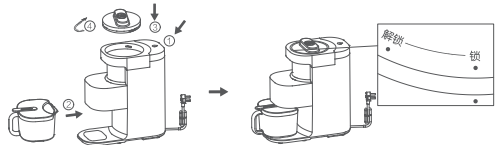
注：机器待机状态显示为北京时间，激活功能菜单后时间显示为工作时间。



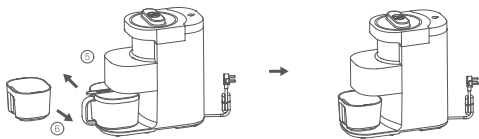
# 操作指南

## 安装说明

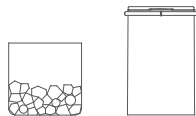
- ① 将水箱加水至所需制浆量水位线以上，盖上水箱盖。
- ② 再将接浆杯安装到位。
- ③ 食材放好后，将搅拌杯盖组件放置到对应位置并按顺时针方向旋转到位。



- ④ 制浆完成后，机器进入自清洗程序，拿走接浆杯，将余水盒安装到位。



## 使用说明



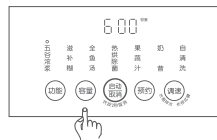
### 1. 添加食材与水

打开搅拌杯盖组件，加入食材；打开水箱盖，加水至所需制浆量水位线以上。并合上搅拌杯盖组件及水箱盖，放好接浆杯。



### 2. 菜单选择

触按“功能”键，选择所需功能菜单。



### 3. 容量选择

触按“容量”键，选择所需的容量。



### 4. 启动功能

触按“启动/取消”键，机器开始工作，长按“启动/取消”键2秒可取消制作菜单，重新选择功能制作。进水后若需取消应选择“果蔬汁”功能，先将搅拌杯内物料粉碎后排出。



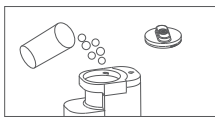
### 5. 自动清洗

制作完成后，机器将自动进入清洗程序，此时请将接浆杯拿掉，放入余水盒，清洗完成后及时处理余水。

## 注意事项

1. 请按食谱用量添加食材，以免出现溢浆、出浆嘴堵塞、粉碎不良等情况；
2. 请勿放芒果等纤维过多的物料，以免出浆嘴堵塞；
3. 制作果汁时，请勿添加过硬食材（如冰糖、冰块等），防止机器损坏；
4. 首次使用建议先使用自清洗键深度清洗；
5. 长按“调速”键可排出水箱内的水（将食材粉碎后，才能使用此功能）；
6. 使用长按“调速”键排水功能时，请事先放置容器；
7. 请将杯盖旋转到位，以免出现报警溢出现象。

## 奶昔功能



### 1. 添加食材和水

根据需求向搅拌杯内添加食材和牛奶。



### 2. 菜单选择

触控“功能”键，选择奶昔菜单。



### 3. 启动功能

显示2分钟后完成，触控“启动/取消”键，机器开始工作，长按“启动/取消”键2秒可取消制作。

## 全鱼汤功能

1. 鲫鱼去头去尾处理干净。
2. 在锅中加入适量油、大蒜、洋葱碎炆锅，将鲫鱼煎至两面金黄。
3. 将全部食材放入搅拌杯内，旋紧搅拌杯盖组件。



4. 触控“功能”键，选择全鱼汤菜单，触控“启动/取消”键，开始制作。
5. 鱼汤食用前建议用纱布、纱网等过滤。

鱼汤功能容量建议选择 $\geq 800\text{mL}$ 。

鱼汤功能自动清洗可能因鱼的预加工工艺不同而清洗不彻底或有鱼腥味，请用清洁刷处理后再选择清洗功能清洗一次。

## 热烘除菌



1. 杯体清洗后，取下搅拌杯盖上的透气阀，放置余水盒，触控“功能”键选择热烘除菌菜单。
2. 再触控“启动/取消”键启动功能进行快速烘干、除菌。

## 调速功能

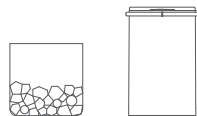


1. 根据需求向搅拌杯内添加食材和水或牛奶等。
2. 触控“调速”键，进入调速功能，连续触控可选择档位，触控“启动/取消”键开始工作。
3. 调速档位分为L, 1-9, H, A档，档位逐步升高，转速越大。
4. 调速功能结束后需手动选择自清洗功能进行清洗。

产品功能使用提示:

- ①五谷浓浆、滋补糊、全鱼汤、自清洗功能机器会自动加水，切勿人为向搅拌杯内加水，否则容易溢出。
- ②果蔬汁、奶昔功能机器不会自动加水，请务必按食谱菜单添加食材。
- ③调速功能为用户特殊食谱使用，机器不会自动加水，请务必加水或牛奶与食材一起搅拌。
- ④工作中长按“启动/取消”键2秒钟可取消制作。

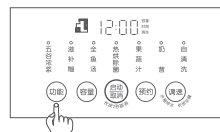
## 预约功能



### 1. 添加食材与水

打开搅拌杯盖组件，加入食材；打开水箱盖，加水至所需制浆量水位线以上，并合上搅拌杯盖组件及水箱盖，放好接浆杯。

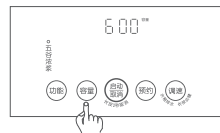
预约时，请确保搅拌杯内干燥再加入食材。



### 2. 菜单选择

触控“功能”选择想要预约的菜单。

预约只适用于加热功能，果蔬汁、奶昔等非加热功能不能预约。



### 3. 容量选择

触控“容量”键，选择想要的容量。



### 4. 时间选择

触控“预约”键，选择想要的时间，每按一次，时间增加15分钟，比如6点15分,6点30分，长按可快速增加时间。预约时间为制作完成的北京时间，因食材及水温偏差，完成时间略有偏差属正常现象。若预约时间小于制浆时间，机器将无法预约并直接启动运行工作。



### 5. 启动预约

触控“启动/取消”键，完成预约；长按“启动/取消”键，可取消当前预约功能。

## 清洗保养

### 搅拌杯体清洗



### 1. 菜单选择

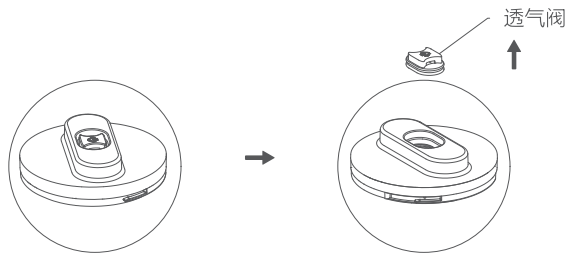
触控“功能”键，选择自清洗功能菜单，触控第一次显示8分钟为快速水洗；触控第二次显示30分钟为深度清洗，可加入清洁剂对杯体进行深度清洗。



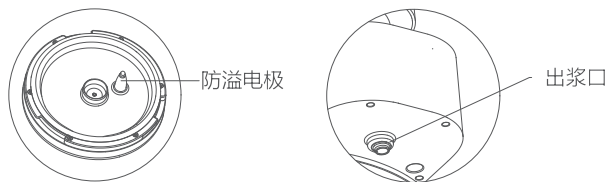
### 2. 启动清洗

## 保养

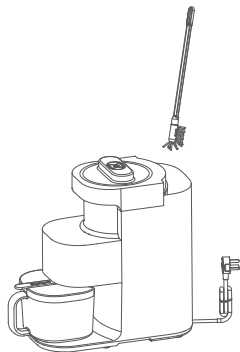
1. 机器使用约30次后，机器通电后“自清洗”功能菜单会闪烁，需要使用“自清洗”功能进行保养，建议在腔体加入适量茶垢清洁剂(约8克)选择“自清洗”30分钟功能菜单，机器将进行保养清洗。每次清洗完成后，请将机器各处擦拭干净（特别是防溢电极处），并晾干后，再存放。茶垢剂可在商店或网上购买。
2. 请定期对搅拌杯盖组件进行清理，将透气阀拿出，进行清洗。



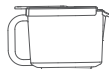
3.请定期对防溢电极和出浆口进行清理擦拭干净。



4.请定期对水箱进行清洗。



## 清洗配件



接浆杯及杯盖



余水盒



搅拌杯盖组件

- 1.上述3个配件可从机器上拆下，放在水龙头下冲洗！搅拌杯盖请勿浸泡水中清洗！
- 2.物料过多或异常断电导致制作功能中断时，机器启动自动进水后，切勿再次选择相应功能二次制作！应选择“果蔬汁”功能，将搅拌杯内物料粉碎后排出，机器进入自动清洗。
- 3.搅拌杯盖组件在制作完成饮品后，应时常对蒸汽口处进行清理，以免产生异味，滋生细菌，搅拌杯盖组件清洗后甩干，避免内部进水。
- 4.机器部件清洗干净后，建议擦干或风干后组装成整机存放于干燥通风的地方。

## 故障排除

故障现象	原因分析	对策
显示屏不亮	电源线未插好	将电源线插好
	机器显示板故障	送当地售后服务部维修
	长时间未操作，机器进入休眠模式	用手指按下按键，唤醒机器
显示屏亮，机器不工作	未选择功能程序	选择相应的功能程序
	水箱内未加水	水箱加水至水位刻度线
	温度传感器或防溢电极故障	送当地售后服务部维修

故障现象	原因分析	对策
搅拌杯内不进水	水泵异常	送当地售后服务部维修
	水箱内过滤塞堵塞	用刷子清洗水箱内过滤塞
电机工作不停	机器内进水	送当地售后服务部维修
加热不停	温度传感器异常	送当地售后服务部维修
按键无反应	断电间隔短，系统未复位	断电2分钟后再通电使用
	显示板按键故障	送当地售后服务部维修
食材打不碎	食材太多或太少	按说明书食谱用量要求加入食材
	机器自身故障	送当地售后服务部维修
	选错功能程序	正确选择功能程序
溢浆	选错功能程序	正确选择功能程序
	食材太多或食材体积太大	按说明书食谱用量要求加入食材
	机器自身故障	送当地售后服务部维修
	防溢电极未清理	清理防溢电极
	透气阀堵塞	清理透气阀
饮品加工时间过长，其他正常	水温过低	使用常温水
	选错功能程序	正确选择功能程序
浆液未正常排在接浆杯内	接浆杯放置不到位	将接浆杯放置到位
	排浆阀自身异常	送当地售后服务部维修
废水未排在余水盒内	余水盒放置不到位	将余水盒放置到位
	排浆阀自身异常	送当地售后服务部维修
异常哨音	机器磨合	偶有哨音属正常情况
异常断电		通电后，整机复位，使用果蔬汁功能排出腔内食材，清洗后可重新开始添加食材进行制作

故障现象	原因分析	对策
显示时间不正确	机器运行异常	按“功能”和“启动/取消”键2秒，界面显示“--:--”，点击“功能”时钟加1，点击“容量”时钟减1，点击“预约”分钟加1，点击“调速”分钟减1，设计好后长按“启动/取消”完成时间设置。

## 故障代码

报错提示：触摸屏上显示报错提示及解决方案

异常代码	原因说明	建议对策
E00	防溢电极有食材粘连	清洗防溢电极
E01	过零信号丢失	产品故障，请送当地售后维修
E02	搅拌杯未合盖	请旋紧搅拌杯盖
E03/E04	电压信号异常	家庭电压异常，请稍后再试
E05	E051 杯体温度传感器开路	产品故障，请送当地售后维修
	E052 发热盘温度传感器开路	
E06	E061 杯体温度传感器短路	产品故障，请送当地售后维修
	E062 发热盘温度传感器短路	
E07	E071 控制板与电源板通信异常	产品故障，请送当地售后维修
	E072 转接板通信异常	
	E073 控制板与转接板通信异常	
E08	电机无电流	放置5分钟后重新上电，若故障还在，请送当地售后维修
E09	电机过载保护故障	请取出部分食材，重新制作

异常代码	原因说明	建议对策
E10	加热模块故障	食料量过多糊底，清理后放置10分钟后重新上电，若故障还在，请送当地售后维修
E11	电加热过载	请取出部分食材，重新制作，若故障还在，请送当地售后维修
E12	待机状态有电流	产品故障，请送当地售后维修
E13	粉碎腔加热超时	请重新制作
E23	接浆杯未放置到位	按指导说明正确放置接浆杯
E24	余水盒未放置到位	清理余水盒并正确放回
E25	转阀转动故障	产品故障，请送当地售后维修
E28	水泵抽水空抽	水箱中加水至所需水位线以上
E332	水泵霍尔异常	产品故障，请送当地售后维修

温馨提示：如问题不能解决，切勿私自拆卸机器，请送当地售后服务部进行维修。以上内容如因型号或零部件变更与实物不符，请以实物为准，恕不另行通知，敬请谅解！

## 注意事项

● 为防止造成人身伤害，财产损失，请务必遵守以下安全注意事项。



**警告**

表示如不可避免，则可能导致死亡或严重伤害的某种潜在危害情况。



**注意**

表示如不可避免，则可能导致轻度伤害的某种潜在危害情况。



表示“禁止”，不能进行的内容。



表示“强制”，务必执行的内容。

## 警告



- 本产品不打算由存在肢体、感官或精神能力缺陷或缺少使用经验和知识的人（包括儿童）使用，除非有负责他们安全的人对他们进行与器具使用有关的监督或指导。应照顾好儿童，确保他们不玩耍本产品。

- 请使用三插插座，并保证可靠接地。务必选用额定电流不低于10A，交流电压为220V的电源插座。

- 务必要将电源插头切实插到底。如果没有完全插入，则可能会因触电或过热而引起火灾事故。



- 请勿用于说明书记载以外的用途。



- 绝对不要试图自动改装、分解或修理本产品。

- 请勿将本产品浸在水中，或让水喷淋。

- 禁止外力作用在出浆嘴上，以免机器损坏。

- 禁止加工芒果、甘草等纤维过多的食材，以免粉碎不了堵塞出浆嘴，造成机器损坏。⊙

- 禁止使用非自带接浆杯。

## 注意



- 工作过程中，请勿开盖。
- 在室温高于30℃时，预约时间请勿超过12小时。
- 严禁将接浆杯放在明火或电磁炉上加热。
- 制作完成，接浆杯、出浆口、搅拌杯、搅拌杯盖温度较高，请勿用手直接触摸。
- 搅拌杯内有未粉碎食材需要排出时，请在主界面选用果蔬汁功能，粉碎后直接排出。
- 饮品制作时请严格按照食谱添加物料。
- 自动清洗时，请勿断电。
- 预约时，制作完毕报警时间与标准的预约时间相比较，有微小误差属于正常现象，不影响饮品质量。
- 屏幕显示制作时间与实际制作时间可能存在偏差，属于正常现象。
- 本产品调速功能仅适用于特殊食谱制作。
- 制作过程中，请勿强行取走接浆杯。
- 若异常断电，请勿饮用所制饮品。
- 手动使用刷子清洗搅拌杯体时，小心刀片伤手。
- 自动清洗前请确保余水盒安放到位。
- 搅拌杯加料后，请清理杯口周边食材，以免无法合盖密封。
- 有色食材制作时，可能染色。
- 本产品仅限中国大陆海拔2000米以下地区使用。
- 本产品仅限在温度4℃-40℃环境中使用。
- 有核食材，请去核制作。
- 工作时间会根据海拔、电压自动调整。清洗完成后，打开搅拌杯盖，把水晾干。
- 制作包含米类饮品时，搅拌杯内轻微粘米属于正常现象。



- 产品通电和工作时，严禁接触刀片、电机等可动部件，以免受伤害或使产品受损。
- 禁止空载（杯中无食材）或超载（食材量超过额定值）使用本产品。
- 本产品仅适于家庭使用，请勿作为其他用途。
- 请勿用湿手插、拔电源插头，以免触电。
- 断开电源时，请用手握住插头拔出，请勿拉扯电源线；请勿将电源线碰到尖锐的棱边、尖角等物，以免损坏漏电。
- 使用本产品时，请将其置于平稳的台面上。
- 请勿在倾斜、不稳定的台面上或在地毯、毛巾、塑料、纸等易燃物品上操作本产品，并请远离台面边缘，以免产品倾倒或发生事故。
- 工作过程中，严禁移动机器，避免食材溢出，造成烫伤、触电。
- 如果产品在工作过程中断电，重新通电后，请选择果蔬汁功能粉碎排出并清洗后重新更换食材制作，切勿重新选择功能继续工作，否则会造成溢出。
- 如果电源线损坏，为了避免危险，必须由制造商、其维修部或类似部门的专业人员更换。
- 无人使用时请关闭开关、断开电源，以免产品发生短路。
- 本产品与食品接触的部件材料均符合食品级认证，干净、卫生、可靠。
- 丢弃本产品和产品包装时，请交由有相关资质的部门回收，丢弃时请剪断电源线。
- 静音指在标准工况测试声功率级符合Q/3700YJY027-2018《破壁料理机静音技术要求及测试方法》要求，结论源自第三方测试机构，实际使用环境中可能存在差异。
- 在拆、装、调校或清洗本产品的任何部件之前，请关闭开关、断开电源，以免产品漏电或意外启动。

- 在更换部件或接触运动部件前要关掉电源开关并断开电源。
- 本产品连续搅拌时间不得超过6分钟（各程序运行时间参考食谱说明及显示屏指示），每次搅拌后需停机1分钟；以上为一个周期，连续工作3个周期后，必须断开电源，冷却15分钟后再工作，以保证产品寿命。
- 清洗水箱时，请勿使用排水功能，避免阻塞水路，影响水泵正常工作。

### 使用提示

- 豆浆一定要煮熟饮用。
- 饮品制作完成后，请尽早饮用，以维持新鲜口感。
- 婴儿、肾功能衰竭、肠胃功能弱的人群应酌情选择低浓度豆浆或减少饮用量。

## 食品接触材料信息

请根据说明书要求正常使用本产品。本产品符合相应食品安全国家标准要求，食品接触材料及其执行标准的符合性信息说明如下：

	食品接触用材料	执行标准	符合标准情况
金属	不锈钢06Cr19Ni10（电磁阀钢轴、复位弹簧、螺钉、温度传感器等）	GB 4806.9-2016	符合
	不锈钢12Cr17Ni7(刀片、刀轴等)		
	不锈钢14Cr17Ni2基材（陶瓷涂层，电机轴等）		
	铝合金基材（基材材质成分：Si、Mg、Fe、Mn含量分别不超过11.5%、1%、0.5%、0.15%，其它元素含量不超过0.1%）（陶瓷涂层、粉碎杯体等）		
塑料	铝合金基材YZAISi11Cu3(陶瓷涂层、粉碎杯体等)	GB 4806.7-2016	符合
	PP（进水阀套、即热腔体、水箱顶杆等）		
	AS（水箱、提手等）		
	POM（出水顶嘴、电磁阀隔膜板等）		
	PTFE（阀片等）		
涂层	PA（齿轮、水泵阀片支架等）	GB 4806.10-2016	符合
	PCTG（浆杯盖、锁扣等）		
	PPE（出水嘴、导水座、上盖II等）		
	陶瓷涂层（不锈钢14Cr17Ni2基材,电机轴等） 陶瓷涂层（铝合金基材，粉碎杯体等）		
玻璃（浆杯、上盖等）	GB 4806.5-2016	符合	
陶瓷（阀片等）	GB 4806.4-2016	符合	
橡胶（密封圈等）	GB 4806.11-2016	符合	

- 本系列产品包含以上食品接触材料，部分机型可能不含个别材料，以实际产品为准！

## 基本参数

- 额定电压：220V
- 额定频率：50Hz

产品型号	加热功率/ 搅拌功率	额定容量	净重	产品尺寸(长x宽x高)
L12-Y3 L12-Y3蓝 L12-Y3榛 L12-Y3白	1200W/ 1000W	300mL~ 1200mL	6.6kg	417mm×180mm×392mm

执行标准：GB 4706.1-2005、GB 4706.19-2008、GB 4706.30-2008



# 有害物质限制使用标示卡

有害物质的名称和含量表

部件名称	有害物质					
	铅(Pb)	汞(Hg)	镉(Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴联苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
橡胶件(密封垫、轴密封等)	○	○	○	○	○	○
不锈钢结构件(滤网, 支架等)	○	○	○	○	○	○
其它金属结构件(粉碎杯等)	○	○	○	○	○	○
玻璃陶瓷类结构件(上盖等)	○	○	○	○	○	○
非阻燃塑料结构件(外壳、装饰件等)	○	○	○	○	○	○
电热器	○	○	○	○	○	○
温控器	○	○	○	○	○	○
阻燃塑料结构件(霍尔元件外壳, 电磁阀, 操作面膜盒等)	○	○	○	○	○	×
天线等通讯模块(组件)*	×	○	○	○	○	○
其它标准件(锁附手柄螺钉, 传感器组件等)*	×	○	○	×	○	○
微动开关, 电机, 电源线, 印刷线路板组件(PCB, 电容, 变压器, 线束护套等)	×	○	×	○	○	×

○: 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在GB/T 26572规定的限量要求之下。

×: 表示该有毒有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出GB/T 26572规定的限量要求。

“×”的部件表明, 由于目前全球的技术和工艺水平限制而无法实现非环保类物质或元素的完全替代, 后续随着技术上的改进将逐步改进。

\*: 表示仅部分型号产品含该部件。



有害物质限制使用标志

环保使用期限10年: 表示本产品中含有的有害物质不会发生外泄或突变, 用户在产品说明书所述情况下正常使用本产品不会对环境造成严重污染或对其人身、财产造成严重损害的期限。

箭头循环标志: 表示本产品可回收利用。超过使用期限或经过维修无法正常工作时, 不应被随意丢弃, 请交由正规回收渠道以及有废弃电器电子产品处理资格的企业处理, 正确的处理方法请查阅国家或当地有关旧电器电子产品的处理规定。

- 以上标识均依据中国有害物质限制使用管理办法及其配套标准SJ/T 11364要求执行。本产品长期使用不会对人体产生危害, 请放心使用。
- 全新产品在打开包装或者使用过程中可能存在一定的气味, 通风和使用一段时间后气味会逐渐消除, 这是正常现象。本产品符合相应食品安全和使用安全国家标准要求, 请放心使用。

## 售后服务

### 服务条款

- 本产品执行全国新三包规定, 整机包修1年, 电机终身保修。三包有效期自开具发票之日起计算, 三包范围仅限家庭使用。
- 购机发票作为产品三包凭证。
- 九阳用户尊享产品服务过程中的免费保洁、保养、检测服务。

### 非三包范围

- 消费者因搬运、使用、维护、保管不当造成产品损坏;
- 非我公司指定的维修点安装、维修造成损坏的(包括消费者自行安装或拆卸修理的);
- 无有效发票或购买证明的, 且无法证明属于三包期内的;
- 发票与实物不符或涂改的;
- 因不可抗拒的自然灾害造成损坏的;
- 超过三包期的;
- 使用环境(如电压、湿度、温度、通风条件等)不符合产品说明书的表述, 造成损坏的;
- 超出九阳上门服务范围的, 顾客要求必须上门的。

### 服务网点查询

- 请在微信中搜索“九阳”并关注, 进入后点击右下方的“我”, 然后选择“网点查询”进入查询即可。
- 请登录九阳网络客户服务中心<http://kf.joyoung.com>查询。
- 请拨打九阳阳光服务热线: 400-6186-999查询。

# 食谱

## 1、燕麦核桃豆浆

**食材：**黄豆50克(约1 +1/2量杯)，燕麦片20克（1量杯），熟核桃仁30克（约4瓣）

- 做法：**
- 1.将食材清洗干净；
  - 2.打开搅拌杯盖，将所有食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按功能键选择“**五谷浓浆**”，触按“容量”键选择“1000mL”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 2、小米枸杞豆浆

**食材：**黄豆30克（1量杯），枸杞8克（1/2量杯），小米15克（1/4量杯），去核红枣15克（约8颗）

- 做法：**
- 1.打开搅拌杯盖，将洗净的全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 2.触按功能键选择“**五谷浓浆**”，触按“容量”键选择“800 mL”；
  - 3.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 3、每日八宝豆浆

**食材：**黄豆15克（1/2量杯），黑豆15克（1/2量杯），黑米15克（1/4量杯），花生15克（约30粒），核桃15克（约4瓣），黑芝麻10克（1/2量杯），红枣10克（约3颗），葡萄干15粒

- 做法：**
- 1.将黄豆、黑豆、黑米、红枣洗净，红枣去核；
  - 2.打开搅拌杯盖，将全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“**五谷浓浆**”功能，触按“容量”键选择“800mL”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 4、每日坚果露

**食材：**食材：核桃12克（约4瓣），杏仁8克（约8颗），腰果8克（约8颗），花生6克（约12颗），蔓越莓干5克（约6颗），黑加仑干5克（约6颗）

- 做法：**
- 1.打开搅拌杯盖，将洗净的全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 2.触按“功能”键选择“**五谷浓浆**”功能，触按“容量”键，选择“500mL”；
  - 3.触按“启动/取消”键，待完成即可；
- 备注：黑加仑干和蔓越莓干可用葡萄干或蓝莓干替代。

## 5、胡萝卜核桃豆浆

**食材：**黄豆45克（1+1/2量杯），胡萝卜150克（约1个），核桃仁12克（约3瓣）

- 做法：**
- 1.将胡萝卜洗净切小块，黄豆、核桃洗净；
  - 2.打开搅拌杯盖，全部食材放入搅拌杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“**五谷浓浆**”，触按“容量”键选择“1000mL”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 6、玫瑰红豆饮

**食材：**干玫瑰花5朵，黄豆15克（1/2量杯），红豆15克（1/2量杯），花生粒8克（约10粒），蔓越莓10克（约10粒）

- 做法：**
- 1.将干玫瑰花去蒂，黄豆、红豆、花生洗净；
  - 2.打开搅拌杯盖，将全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“**五谷浓浆**”功能，触按“容量”键，选择“400mL”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 7、燕麦紫薯米糊

**食材：**燕麦片10克（1/2量杯），紫薯50克（约1个大的），大米20克（1/2量杯），糖适量

**做法：**1.将大米、紫薯洗净，紫薯去皮、切块；  
2.打开搅拌杯盖，将所有食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；  
3.触按功能键选择“**滋补糊**”，触按容量键选择“800mL”；  
4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 8、南瓜小米糊

**食材：**南瓜200克（麻将大小块8块），小米50克（约1+1/4量杯）

**做法：**1.将食材洗净，南瓜去皮、切小块；  
2.打开搅拌杯盖，将所有食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；  
3.触按功能键选择“**滋补糊**”，触按容量键选择“800mL”；  
4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 9、藜麦安神糊

**食材：**藜麦20克（1/2量杯），茯苓8克（约10颗），柏子仁5克（约2片），小米20克（1/2量杯），蜂蜜适量

**做法：**1.打开搅拌杯盖，将洗净的全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；  
2.触按“功能”键选择“**滋补糊**”功能，触按“容量”键，选择“600mL”；  
3.触按“启动/取消”键，待完成即可。

备注：制作完后，可按个人口感添加蜂蜜

## 10、腰果杏仁米糊

**食材：**大米40克(约1量杯)，腰果10克（约10颗），杏仁10克（约10颗）

**做法：**1.将大米洗净；  
2.打开搅拌杯盖，全部食材放入搅拌杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；  
3.触按“功能”键选择“**滋补糊**”功能，触按“容量”键选择“600mL”；  
4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 11、滋补鲫鱼汤

**食材：**鲫鱼1条（约200克），生姜5薄片，洋葱2片，大蒜2瓣，盐适量

**做法：**1.将鲫鱼处理干净，去头去尾；  
2.锅中加入适量油、大蒜炆锅，将鲫鱼煎至两面金黄；  
3.将全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；  
3.触按功能键选择“**全鱼汤**”，触按容量键选择“800mL”；  
4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 12、番茄鱼汤

**食材：**龙利鱼1条（约150克），番茄1个，生姜10克（约3片），洋葱1/4个（约80克），大蒜2瓣，盐适量，香菜适量

**做法：**1.将鱼清理干净，炒锅内放适量油、大蒜炆锅，将鱼煎至两面金黄；  
2.打开搅拌杯盖，全部食材放入搅拌杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，将水箱加满水；  
3.触按“功能”键，选择“**全鱼汤**”功能，触按“容量”键，选择“1000mL”；  
4.触按“启动/取消”键，待完成；  
5.出浆后撒适量盐和香菜即可。

备注：鱼煎好后将鱼头去掉。

## 18、甜菜根胡萝卜苹果饮

**食材：**甜菜根50克（约1/4个），苹果140克（约1个），胡萝卜30克（约1段），柠檬1片，冰糖10克（约8颗），净水600毫升

- 做法：**
- 1.胡萝卜洗净切小段，苹果洗净去核，切小块，甜菜根洗净、去皮，切小块；
  - 2.打开搅拌杯盖，将全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“果蔬汁”功能；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 19、芒果雪梨汁

**食材：**芒果200克（1/2个），雪梨50克（1/2个），净水300毫升

- 做法：**
- 1.将芒果、雪梨洗净去皮、去核，切块；
  - 2.打开搅拌杯盖，将食材和水放入杯中，盖紧杯盖；
  - 3.触按功能键选择“果蔬汁”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 20、维他轰炸

**食材：**橙子1个（果肉约150克），西瓜200克，菠萝100克（约1/4个），大芒果半个（果肉约120克），净水200毫升

- 做法：**
- 1.将橙子和芒果去皮切块，西瓜和菠萝切块；
  - 2.打开搅拌杯盖，将全部食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“奶昔”功能；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 21、精力果饮

**食材：**牛油果50克（约半个），苹果260克（约1个大），雪梨280克（约1个），菠菜50克（约2颗），奇亚籽10克（1/2量杯），柠檬1片，净水350毫升

- 做法：**
- 1.将苹果和雪梨洗净后去核，切成约2\*2厘米的块状，牛油果去皮后切块，菠菜洗净后切成小段，备用；
  - 2.将除了柠檬片以外的食材倒入搅拌杯中，挤入柠檬汁，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“奶昔”功能；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 22、红柚奶昔

**食材：**红柚肉50克，香蕉50克（1/2根），酸奶200克（2盒）

- 做法：**
- 1.将红柚、香蕉去皮、切块；
  - 2.打开搅拌杯盖，将所有食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按功能键选择“奶昔”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 23、南瓜奶昔

**食材：**南瓜300克（10厘米\*3厘米\*4厘米\*3块），牛奶250毫升

- 做法：**
- 1.将南瓜洗净去皮切成麻将大小（约12-18块），切块蒸熟；
  - 2.打开搅拌杯盖，将熟南瓜、牛奶放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按功能键选择“奶昔”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

### 13、菌菇鱼汤面

**食材：**鱼汤底：汪刺鱼1条（约150克），洋葱20克，生姜三片，大蒜适量

菌菇鱼汤面料：香菇三朵，海鲜菇30克，番茄适量，西兰花适量，面条适量，盐适量，油适量

- 做法：**
- 1.将鱼清理干净，炒锅内放适量油、大蒜炆锅，将鱼煎至两面金黄，然后去掉头尾；
  - 2.然后将全部食材放入搅拌杯中，盖紧杯盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“**全鱼汤**”功能，触按“容量”键选择“800mL”；
  - 4.触按“启动/取消”，待完成后备用；
  - 5.将香菇洗净、切丁，西红柿切片，西兰花切小块，炒锅内放适量油、大蒜炆锅，将香菇丁炒香；
  - 6.鱼汤下锅，待汤沸后下入适量面条、切花的香菇、西红柿和焯熟的西兰花，待面熟后加入适量盐等调味品即可食用。

### 14、鳕鱼增肌汤

**食材：**鳕鱼100克，番茄1个，西兰花25克（约1小朵），豌豆25克（20粒），土豆50克（1/3个），燕麦10克（1/2量杯），熟鸡蛋蛋白1个，生姜9克（3薄片），盐适量

- 做法：**
- 1.将鱼清理干净，炒锅内放适量油、大蒜炆锅，将鱼煎至两面金黄，番茄洗净切块，土豆去皮、切块，豌豆、西兰花洗净；
  - 2.打开搅拌杯盖，全部食材放入搅拌杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“**全鱼汤**”功能，触按“容量”键选择“900mL”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成；
  - 5.待出浆后加入适量盐即可食用。

### 15、海鲜浓汤

**食材：**香菇1个，海鲜菇60克（约10根），干贝8粒，大虾仁50克（大明虾约5只），胡萝卜50克（约1/10根），洋葱20克，生姜1薄片，盐适量

- 做法：**
- 1.将食材洗净；
  - 2.打开搅拌杯盖，将除盐以外的食材放入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按功能键选择“**全鱼汤**”，触按容量键选择“900mL”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成加入适量盐即可。

### 16、百香果梨汁

**食材：**雪梨300克（约1个），百香果150克（约2个），柠檬片1片，冰糖10克（1/4量杯），净水250毫升

- 做法：**
- 1.将雪梨切块，柠檬去皮；
  - 2.打开搅拌杯盖，将雪梨、柠檬、冰糖、水一起放入杯中，盖紧杯盖；
  - 3.触按功能键选择“**果蔬汁**”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成制作；
  - 5.最后将百香果肉放入梨汁中，搅拌均匀即可。

### 17、西瓜菠萝汁

**食材：**西瓜600克（约1盘），菠萝100克（约五分之一），净水200毫升

- 做法：**
- 1.将西瓜、菠萝去皮、切小块；
  - 2.打开搅拌杯盖，将食材和水一起放入杯中，盖紧杯盖；
  - 3.触按功能键选择“**果蔬汁**”；
  - 4.触按“启动/取消”键，待完成即可。

## 24、暖心甜品南瓜布丁

**食材：**南瓜100克（麻将大小块4块），鸡蛋1个，牛奶200克，奶粉10克（1/2量杯），砂糖15克（3/4量杯）

- 做法：**
- 1.将南瓜去皮切块蒸软；
  - 2.打开搅拌杯盖，将南瓜、牛奶、奶粉加入杯中，盖紧杯盖，打开水箱盖，水箱加满水；
  - 3.触按“功能”键选择“奶昔”功能，触按“启动/取消”键，待完成；
  - 4.将鸡蛋和砂糖倒入南瓜牛奶浆中，搅拌均匀之后过筛倒入布丁杯中或者小碗中，静置10分钟左右；
  - 5.烤箱上下火145℃预热十分钟，待预热完成后将布丁杯放入烤箱烘烤50-60分钟即可。

## 25、芒果糯米糍

**食材：**糯米200克，白砂糖35克，牛奶100克，清水30克，淡奶油20克，芒果1个，椰蓉适量

- 做法：**
- 1.将糯米分两次各100克放入磨粉杯中；
  - 2.触按“调速”键，选择“A档”，磨粉三次，倒出备用；
  - 3.取150克糯米粉放入碗中，加入白砂糖、牛奶、清水、淡奶油搅拌均匀，放入蒸箱或蒸器中蒸25min；
  - 4.取出晾凉至手温，用刮板刀切成约30克左右的小块并按扁，然后包上芒果肉，揉圆；
  - 5.将做好的糯米糍裹上适量椰蓉即可。