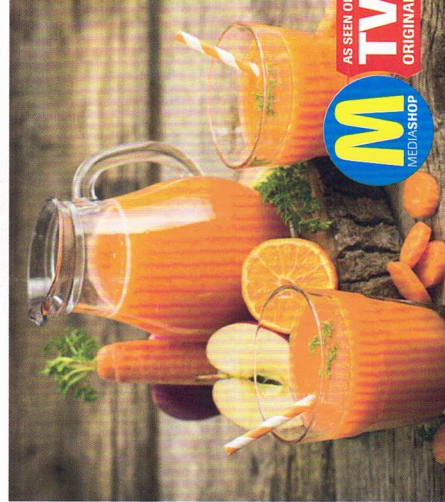


livington®

OneTouch

REZEPTHEFT



AS SEEN ON
M TV
ORIGINAL
MEDIASHOP

Stand: 03/2021 | M28672



Importeur | Importer | Importateur | Importatore | Importateur | Importeur
CH: MediaShop AG | Industriering 3 | 9491 Ruggell | Liechtenstein
EU: MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria
DE | AT | CH: 0800 376 36 06 – Kostenlose Servicehotline
ROW: +423 388 18 00
office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv

Mit Livington OneTouch erhalten Sie zwei verschiedene Mix-Gefäße.
Wählen Sie das richtige Gefäß für die verschiedenen Lebensmittel.



HINWEIS: Das Gerät NICHT länger als 1 Minute ununterbrochen verwenden.
Warten Sie 1 Minute, bis es abgekühlt ist, bevor Sie weitermischen.

Im 1 l Gefäß des Livington OneTouch lassen sich folgende Lebensmittel optimal verarbeiten:

- Milchprodukte wie Sahne, Käse (gewürfelt), Joghurt usw.
- Fleischprodukte in Würfel geschnitten
- Kaffeebohnen, Nüsse, Getreide, Gewürze und andere Trockenzutaten
- Gemüse und Obst in Würfel geschnitten.

Das 500 ml Gefäß des Livington OneTouch ist wiederum optimal zur Herstellung von Cocktails, Drinks und Smoothies geeignet und somit perfekt für folgende Zutaten:

- Milchprodukte wie Sahne, Milch oder Joghurt
- Kaffeebohnen, Nüsse, Getreide, Gewürze und andere Trockenzutaten
- Gemüse und Obst in Würfel geschnitten

EN Find the recipe book here
FR Vous pouvez trouver le livre de recettes ici
IT Puoi trovare il ricettario qui
NL Het receptenboek vind je hier
<https://www.mediaishop.tv/DE/livington-onetouch/>

Inhaltsverzeichnis

Smoothies, Säfte & Cocktails	
Vitamin-Smoothie	05
Grüner Smoothie	05
Ingwer-Smoothie	05
Ananas-Aprikosen-Smoothie	05
Ananas- und Kokoserfrischung	05
Frühstücksdrink	06
Frühstück im Glas	06
Orangen-Power-Juice	07
Karotten FitMix	07
Karotten-Frucht-Juice	07
Tomaten-Juice	08
Tomate mit Kick	08
Tomaten-Sellerie-Juice	08
Gemüse-Saft	09
Pinker Radieschen-Juice	09
Rote Bete-Kraut-Juice	09
Grünes Vergnügen	09
Wake-Up Smoothie	10
Schoko-Minz-Shake	10
Cremiger Bananen Milchshake	10
Erdbeer-Basilikum Milchshake	10
Gin- und Erdbeer-Cocktail	11
Rum- und Mango-Cocktail	11
Kaffee-Smoothie mit Schuss	11
Pina Colada	11
Frucht-Cocktail Überraschung	12
Himbeererfrischung	12
Tropischer Ingwer	12
Köstliche Suppen	
Erbsensuppe	13
Kürbiscremesuppe	13
Karotten- und Koriandersuppe	13
Kleine Gerichte & Köstlichkeiten	
Fleischlaibchen	15
Rinder-Bällchen (Köfte orientalisches)	15
Fallafel	15
Gemüselaibchen	15
Aufstriche & Saucen	
Schnittlauchsaucen	16
Tomatensauce	16
Tsatsiki	16
Hummus	17
Eiaufstrich	17
Kräutersauce	17
Mahlwerk & Gewürzmischungen	
Aromatisierter Kaffee	18
Mediterranes Gewürzsalz	18
Suppengewürz	18
Pulled-Pork-Gewürz	19
Pommes-Gewürz	19
Reis-Gewürz	19

Die in diesem Rezeptbuch genannten

MENGEN- ANGABEN ergeben im Schnitt EIN bis ZWEI GLÄSER köstlichen Saft.

Um sich einen gesunden und leckeren Smoothie, Saft, Cocktail oder auch Shake zuzubereiten, fügen Sie alle Zutaten in dem mitgelieferten To-Go Becher zusammen, mixen Sie alles mit Ihrem Livington OneTouch und genießen Sie.

Tipp: Für einen dickflüssigeren Smoothie, fügen Sie mehr tiefgekühlte Zutaten (gefrorene Früchte) hinzu – so schmecken diese wunderbar kühl und werden besonders cremig. Um einen dünnflüssigeren Smoothie zu mixen, fügen Sie mehr Flüssigkeit (Wasser oder Saft) hinzu.

Bitte beachten Sie, dass die Mengenangaben nur als Richtwerte dienen und diese natürlich nach Ihrem Geschmack angepasst werden können.

SMOOTHIES, SÄFTE & COCKTAILS



4

VITAMIN-SMOOTHIE

1/3 Dose Mango im Saft
100 g Erdbeeren
1/2 Spalte Honig-Melone
1 Spalte Orange (ca. 1/6)
1/3 Banane
2 Eiswürfel

GRÜNER SMOOTHIE

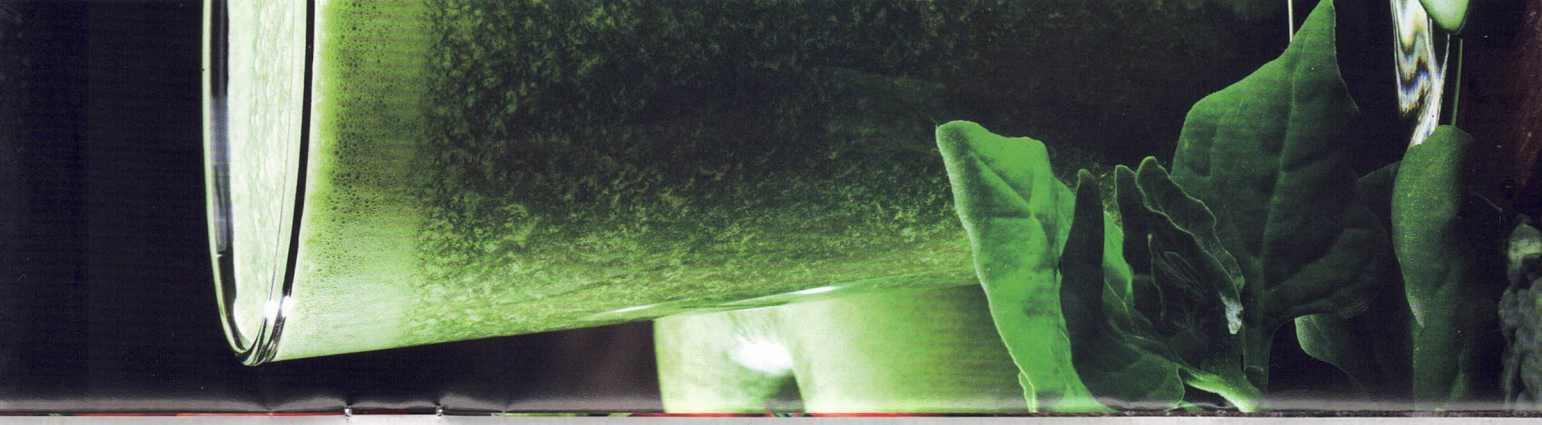
1 Kiwi (geschält und halbiert)
1 Handvoll Mangoldblätter
100 ml Wasser

INGWER-SMOOTHIE

120 ml Milch
2-3 Stück Ingwerwurzeln geschält
(Anzahl je nach Geschmack)
15 ml Ingwersaft
2 kleine Kugeln Vanilleeis
(etwa 100 g)

ANANAS-APRIKOSEN-SMOOTHIE

100 ml Ananassaft
100 ml griechisches Joghurt
100 g frische Ananas (in Stücke
geschnitten)
2 frische Aprikosen (entkernt, in
Stücke geschnitten)
4 Eiswürfel



5

ANANAS- UND KOKOSERFRISCHUNG

- 1/3 Dose Ananasstücke in Saft
- 100 ml Ananassaft
- 50 ml Kokosmilch
- 2 kleine Kugeln Vanilleiscreme (etwa 100 g)

FRÜHSTÜCKSDRINK

- 2 EL Nüsse nach Wunsch (Haselnuss, Walnuss, Mandeln)
- 1 EL Haferflocken
- 1/4 Apfel (entkernt, in Stücke geschnitten)
- 1 Erdbeere
- 2 Himbeeren
- 1 TL Honig
- 100 g Joghurt oder 100 ml Milch

FRÜHSTÜCK IM GLAS

- 100 ml Milch
- 75 ml fettarmes Joghurt
- 1/2 große Banane (in Stücke geschnitten)
- 1/2 großer Apfel (entkernt, in Stücke geschnitten)
- 5 ml Weizenkeime

ORANGEN-POWER-JUICE

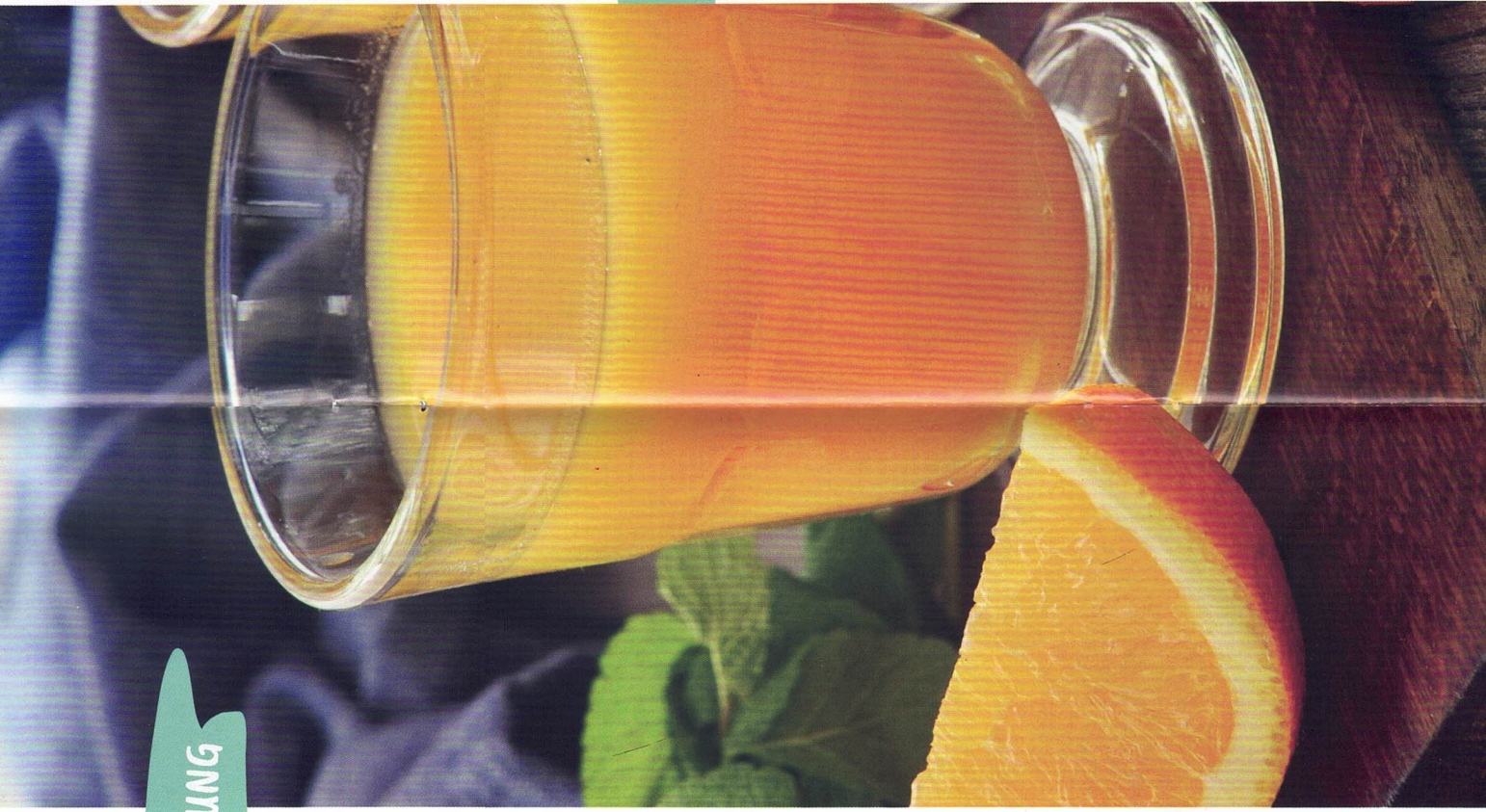
- 3 Karotten
- 1 Orange
- 2 Äpfel mit Schale, in Spalten
- 1 kleines Stück Ingwer
- 1 Zitrone
- 1/4 TL Leinöl

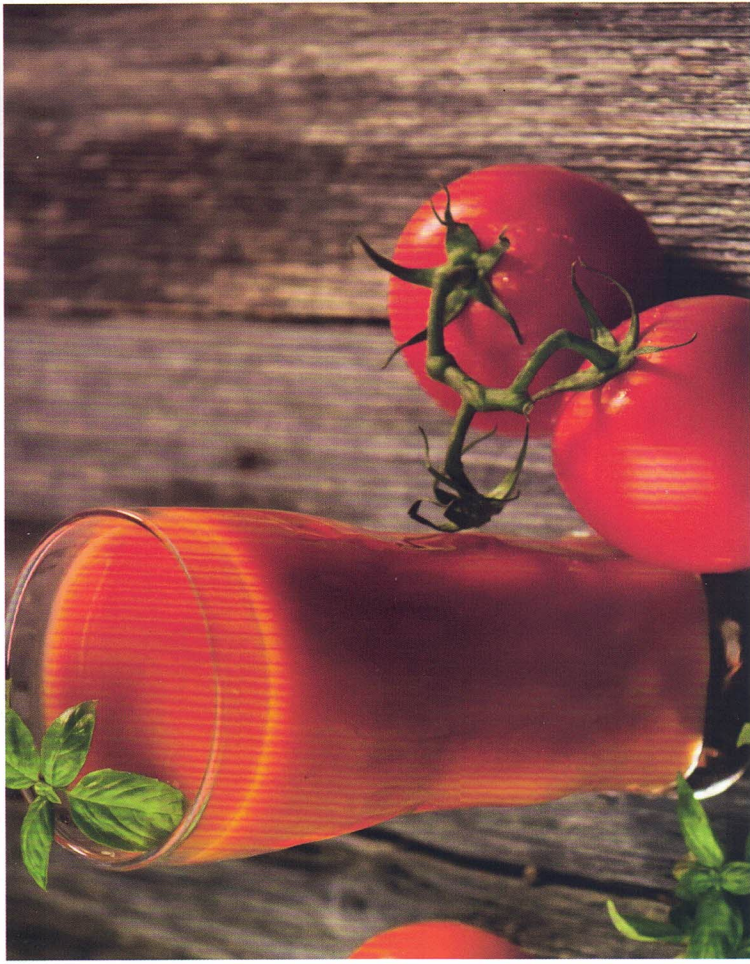
KAROTTEN FITMIX

- 4 Karotten
- 1 Orange
- 2 Äpfel mit Schale, in Spalten
- 2 Stiele Petersilie
- 1/4 TL Rapsöl

KAROTTEN-FRUCHT-JUICE

- 3 Karotten
- 1 Apfel mit Schale, in Spalten
- 1 Orange
- 1/2 kleine Sellerieknolle, geschält
- etwas grüne Minze





GEMÜSE-SAFT

2 rote Paprika
5 Cocktailtomaten
1 kleines Stück Gurke
1 Karotte
etwas Petersilie
einige Tropfen Leinöl

PINKER RADIESCHEN-JUICE

2 Radieschen
1 Birne
125 g Himbeeren
2 EL Weizenkeime

ROTE BETE-KRAUT-JUICE

200 g Rote Bete
(vorgekocht und geschält)
1 Apfel mit Schale, in Spalten
1/8 Weißkraut

GRÜNES VERGNÜGEN

1 Handvoll frischer
Blattspinat (Bio)
2 Äpfel mit Schale, in Spalten
1/2 kleine Zucchini
4 Röschen Brokkoli



TOMATEN-JUICE

5 mittelgroße Tomaten
1 Handvoll Basilikum
1/2 Zitrone

TOMATE MIT KICK

4 Tomaten
1/4 Gurke
100 g Weintrauben
Etwas Chili Sauce

TOMATEN-SELLERIE-JUICE

4 Tomaten
2 Stück Stangensellerie
Saft einer 1/2 Zitrone (Bio)
etwas Petersilie

WAKE-UP SMOOTHIE

1/8 Weißkraut
1 Selleriestange
1 Apfel mit Schale, in Spalten
Saft einer 1/2 Zitrone

SCHOKO-MINZ-SHAKE

125 ml Milch
einige Tropfen Pfefferminzessenz
(Anzahl je nach Geschmack)
2 kleine Kugeln Schokoladeneiscreme
(etwa 100 g)

CREMIGER BANANEN MILCHSHAKE

1 große Banane (in Stücke
geschnitten)
200 ml Milch
2 kleine Kugeln
Vanilleeiscreme (etwa 100 g)

ERDBEER-BASILIKUM MILCHSHAKE

100 g Erdbeeren (in Stücke geschnitten)
1 Stängel Basilikum
200 ml Milch
2 kleine Kugeln Erdbeereiscreme
(etwa 100 g)

GIN- UND ERDBEER- COCKTAIL

Saft von 1 Limette
100 g Erdbeeren
30 ml Gin
50 ml Limonade
20 ml Puderzucker
4 Eiswürfel

RUM- UND MANGO- COCKTAIL

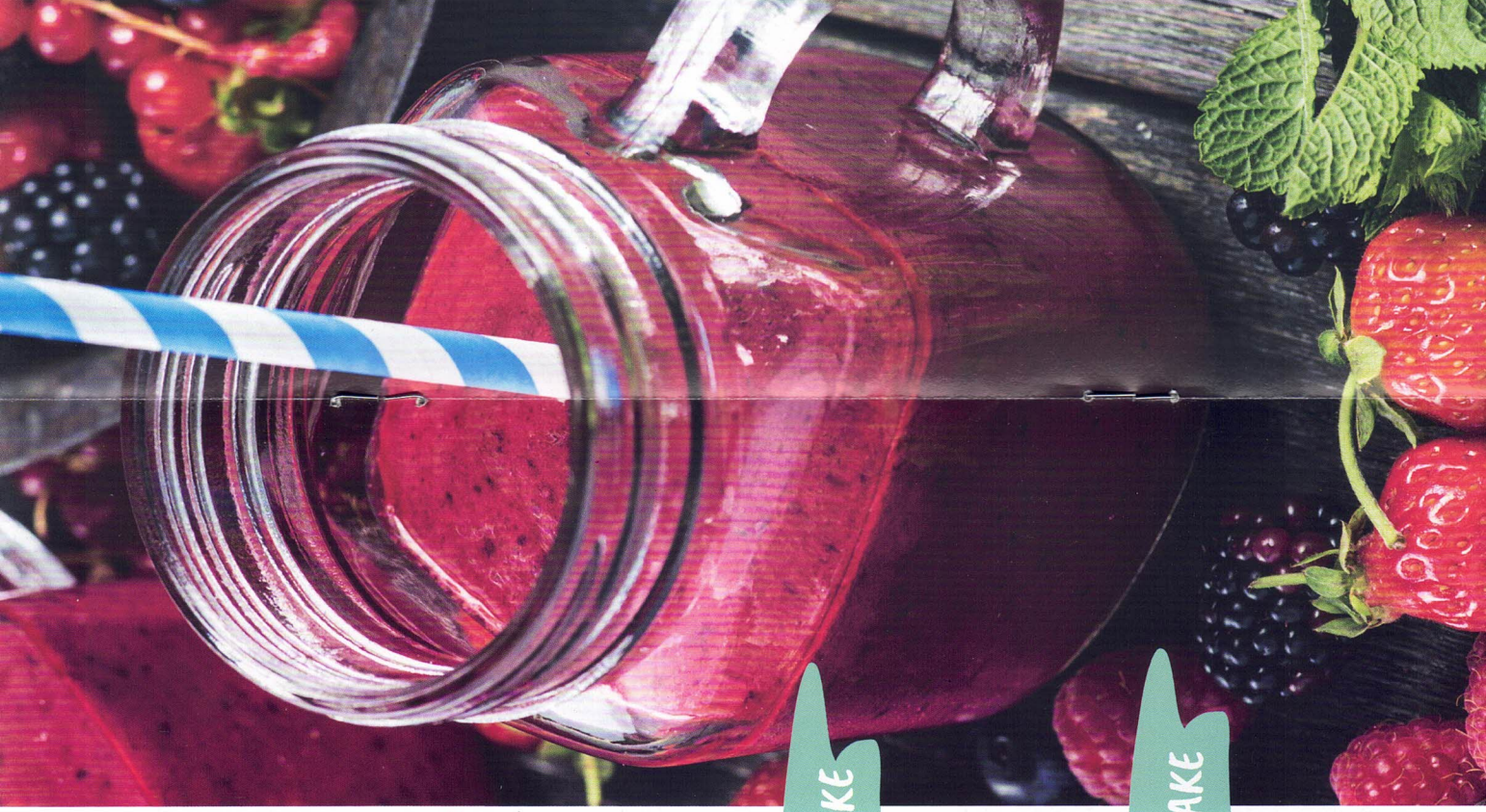
100 ml Ananassaft
1/3 Mango (in Stücke geschnittenes
Fruchtfleisch)
1/3 große Banane (in Stücke geschnitten)
75 g Naturjoghurt
30 ml brauner Rum
5 Eiswürfel

KAFFEE-SMOOTHIE MIT SCHUSS

85 ml Espresso-Kaffee
60 ml Milch
10-15 ml Baileys-Likör
Zucker nach Geschmack
2 kleine Kugeln Vanilleeiscreme
(etwa 100 g)

PINA COLADA

1/3 Dose Ananasstücke in Saft
100 ml Ananassaft
25 ml Malibulikör
2 kleine Kugeln
Vanilleeiscreme (etwa 100 g)



FRUCHT-COCKTAIL ÜBERRASCHUNG

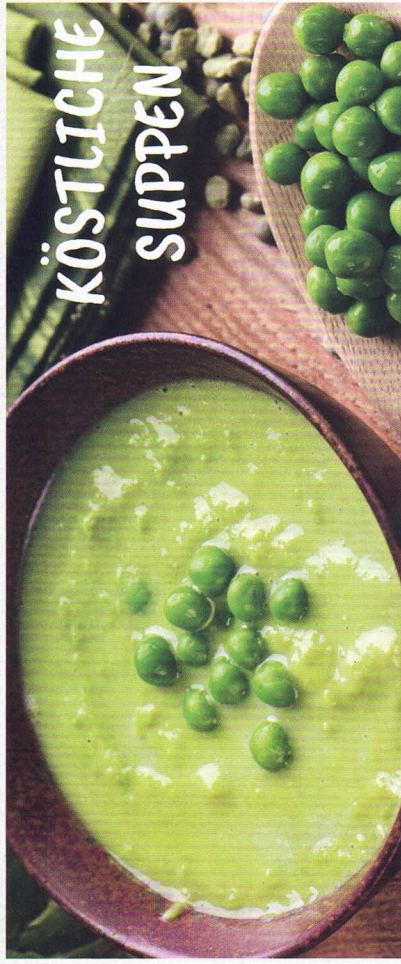
100 ml Ananas- und Kokossaft
3 große Erdbeeren
1/4 Banane (geschnitten)
15 ml Wodka
30 g tiefgekühlte Himbeeren
2 Eiswürfel

HIMBEER- ERFRISCHUNG

320 ml Cranberrysaft
30 ml Wodka
100 g tiefgekühlte Himbeeren
1 kleine Kugel
Himbeerfruchteis (etwa 50 g)

TROPISCHER INGWER

160 ml Ingwerbier
15 ml Rum
120 g Mischung aus tiefgekühlten
Ananas, Melonen und Mangos



KÖSTLICHE SUPPEN

Täglich köstliche Suppen genießen und sich die aufwändige Zubereitungszeit sparen? Das ist mit **Livington OneTouch** ganz einfach.

Fügen Sie alle Zutaten im **Livington OneTouch** 1 l Gefäß zusammen. Anschließend mixen Sie alles fein. Danach kann das Gemisch in einen Topf umgefüllt, erwärmt oder aufkocht werden. Vom Herd nehmen, in einer Suppenschüssel anrichten, garnieren, servieren und genießen.

ERBSENSUPPE

150 g Erbsen
150 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
Etwas Schlagobers

KÜRBISCREMESUPPE

150 g Kürbisstücke (weichgekocht)
150 ml Gemüsebrühe
75 ml Schlagobers
Salz, Pfeffer
Kürbiskernöl

KAROTTEN- UND KORIANDERSUPPE

1 kleine Zwiebel
1/2 Knoblauchzehe
120 g Karottenstücke (weichgekocht)
150 ml Hühnerbrühe
5 g gemahlener Koriander
Salz, Pfeffer

FLEISCHLAIBCHEN

250 g Rinderfilet
 1 Bund Petersilie
 gewürfelt
 1 EL Senf
 250 g
 1 Ei
 Schweinslungenbraten
 1 altes Brötchen oder
 gewürfelt
 100 g Semmelbrösel
 1 Zwiebel
 Salz, Pfeffer
 1 Knoblauchzehe

RINDER-BÄLLCHEN (KÖFTE ORIENTALISCH)

500 g Rinderfilet
 gewürfelt
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 Bund Petersilie
 1 EL Senf
 ½ TL Kreuzkümmel
 ¼ TL Chili-Flocken
 1 Ei
 1 altes Brötchen oder
 100 g Semmelbrösel
 Salz, Pfeffer, Oregano

FALLAFEL

1 Dose Kichererbsen
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 ½ Bund Koriander
 ½ Bund Petersilie
 1 EL Senf
 1 TL Kreuzkümmel
 2 EL Zitronensaft
 ¼ TL Chili-Flocken
 1 Ei
 Salz, Pfeffer

GEMÜSELAIBCHEN

1 Karotten geschält, in
 Stücke geschnitten
 1 Ei
 1 Knoblauchzehe
 2 Kartoffeln geschält, in
 Stücke geschnitten
 1 Bund Petersilie
 ½ Bund Paprika
 1 Paprika in Stücke
 geschnitten (rot)
 ½ TL Kümmel
 100 g Haferflocken
 ¼ TL Chili-Flocken
 100 g Semmelbrösel
 Salz, Pfeffer

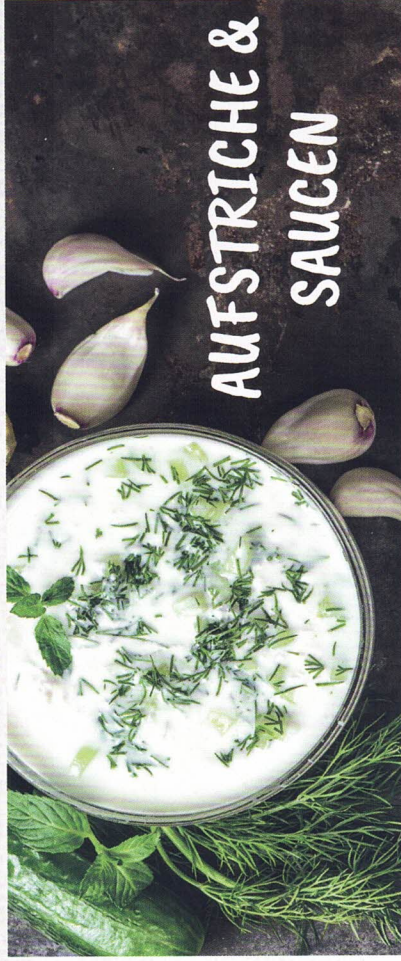


KLEINE GERICHTE & KÖSTLICHKEITEN

Fügen Sie auch hier alle Zutaten nacheinander in das **Livington One Touch 1 l** Gefäß ein. Drücken Sie die **START**-Taste, um alles klein zu hacken. Danach formen Sie aus der fertigen Masse kleine, mungroße Bällchen oder Laibchen.

Tipp: Mit angefeuchteten Händen lässt sich die Masse besser formen.

Sie können die jeweiligen Gerichte in Öl frittieren oder fettfrei im Backrohr herausbacken. Zum goldbraunen Frittieren die Teile jeweils 4-5 Minuten im heißen Öl wenden. Im Backrohr auf einem Backblech bei 180 °C für ca. 20 Minuten backen (Stäbchenprobe).



AUFSTRICHE & SAUCEN

Problemlos, ganz schnell und einfach Saucen zaubern?
Mit **Livington OneTouch** auf Knopfdruck erledigt.

Alle Zutaten werden in dem 1 l Gefäß zusammengefügt und direkt gemixt. Danach können Sie den leckeren Aufstrich oder die frische Sauce abschmecken, servieren und genießen.

SCHNITTLAUCHSAUCE

125 g Sauerrahm
125 g Joghurt
½ Bund Schnittlauch
Salz, Pfeffer

TOMATENSAUCE

1 Dose Tomaten (geschält oder gewürfelt)
1 Knoblauchzehe
½ TL Zucker
Salz, Pfeffer, Oregano

TSATSIKI

1 Salatgurke geschält,
entkernt, in Stücke
geschnitten
500 g griechischer
Joghurt
250 g Sauerrahm

½ Bund Dill
4 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
½ EL Apfelessig
Pfeffer, Salz

HUMMUS

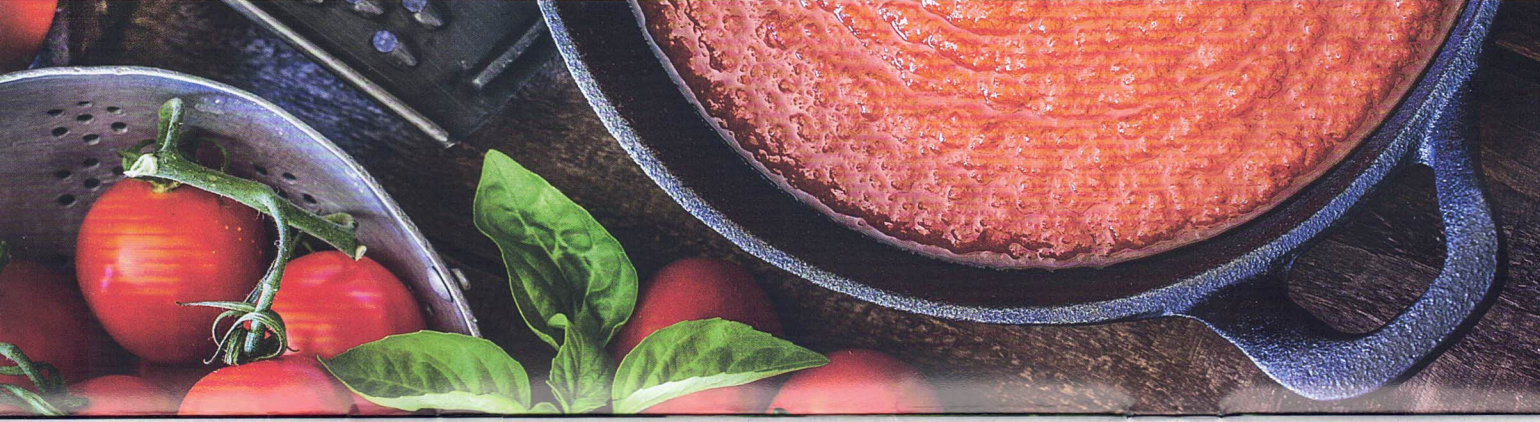
1 Dose Kichererbsen
2 EL Sesampaste
Saft von 2 Zitronen
4 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
2 EL Kreuzkümmel
1 EL Currypulver
Pfeffer, Salz, Paprikapulver

EIAUFSTRICH

6 Eier gekocht
250 g Quark
1 EL Sauerrahm
3 Gewürzgurken
½ Zwiebel
1 EL Senf
Pfeffer, Salz

KRÄUTERSAUCE

125 g Sauerrahm
125 g Joghurt
½ Bund Petersilie
½ Bund Dill
½ Schnittlauch
Salz, Pfeffer





MAHLWERK & GEWÜRZMISCHUNGEN

Erst mit der richtigen Würze wird ein Gericht zu etwas Besonderem.

Mit unseren Rezepten für Gewürzmischungen machen Sie jedes Gericht zum kulinarischen Highlight!

AROMATISIERTER KAFFEE

50 g Kaffeebohnen
1/3 Vanilleschote oder 1/2 TL Zimt

MEDITERRANES GEWÜRZSALZ

45 g grobes Meersalz
1/2 TL getrockneter Thymian
1/2 TL getrockneter Rosmarin
1/2 TL getrockneter Oregano

SUPPENGEWÜRZ

2-3 Karotten
1 Sellerieknolle
geschält
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
100 g Salz

1 Bd. frische Petersilie
frischer Schnittlauch
2 Petersilienwurzeln
geschält
Lauch (ca. 150g)

PULLED-PORK-GEWÜRZ

2 TL Korianderkörner
1 TL Kreuzkümmelsamen
1,5 EL Salz
2 EL schwarze Pfefferkörner
1 EL brauner Zucker
2 TL scharfes Paprikapulver
2 getrocknete Chilis

POMMES-GEWÜRZ

4 EL feines Meersalz
1 Knoblauchknolle getrocknet
2 TL Paprikapulver (am besten scharf und geräuchert)
2 TL Garam Masala
1 TL mildes Currypulver
1/2 TL Cayennepeffer
1/2 TL schwarze Pfefferkörner

REIS-GEWÜRZ

2 EL Currypulver
2 EL Fleur de Sel
3 TL Kurkumapulver
2 TL Korianderpulver
2 TL Knoblauchsatz
2 getrocknete Chilis
1 TL Senfpulver (oder Körner)

