

nutribullet.
PORTABLE BLENDER



Guia de utilização

Avisos de segurança

Quando utilizar o liquidificador portátil nutribullet®, lembre-se: **A SEGURANÇA ESTÁ EM PRIMEIRO LUGAR.**

Aviso! Antes de utilizar o liquidificador portátil nutribullet®, leia atentamente estas instruções para evitar o risco de lesões pessoais graves ou danos ao aparelho. Quando se utiliza um aparelho elétrico, além das medidas de segurança mais básicas, devem ser observados os seguintes avisos.

Se permitir que outra pessoa utilize o liquidificador portátil nutribullet®, certifique-se de que compreende as informações de saúde e segurança contidas neste Guia do Utilizador e quaisquer outras instruções de segurança e utilização. Qualquer pessoa que utilize um aparelho deve ler atentamente o Guia do Utilizador para se familiarizar com o funcionamento seguro do mesmo.

! Guarde estas instruções!

- ESTE APARELHO DESTINA-SE APENAS A UM USO DOMÉSTICO

CALOR E PRESSÃO: MEDIDAS DE SEGURANÇA



AVISO! NÃO triture ingredientes quentes, mornos, gaseificados ou efervescentes.

- Isso pode criar uma pressão excessiva no copo nutribullet®, com a consequente separação do copo da base do motor durante o funcionamento. A eventual projeção de conteúdo quente, ou as

lâminas expostas, podem causar lesões pessoais.

- Utilize apenas ingredientes à temperatura ambiente ou refrigerados (21°C ou menos).
- Os ingredientes gaseificados e efervescentes (como refrigerante, fermento em pó, bicarbonato de sódio, levedura, algumas massas, misturas para bolos, gelo seco ou outros produtos que se tornam espumantes) libertam gases que aumentam a

pressão dentro do copo durante a mistura. Algumas proteínas em pó contêm ingredientes efervescentes. Verifique sempre a composição de todos os suplementos antes de os triturar. **Verifique sempre todos os ingredientes antes de os triturar.**



AVISO!

NÃO triture os ingredientes durante mais de um minuto. Não realize ciclos de mistura consecutivos que excedam um minuto no total.

- A mistura faz com que os ingredientes aqueçam, resultando num aumento da pressão no copo. A mistura contínua durante mais de um minuto pode fazer com que o copo se solte, com exposição das lâminas, ou originar o derramamento do composto aquecido, com consequentes lesões.



AVISO!

Não deixe compostos triturados num copo hermeticamente fechado por períodos de tempo prolongados!

- Se deixados dentro do copo, os batidos podem deteriorar-se e fermentar, aumentando a pressão. Se aberto, o copo poderá separar-se da base do motor, com o risco de lesões pessoais devido à projeção de conteúdo quente ou às lâminas expostas.
- Aceda ao batido apenas através da tampa Sip and Carry, abrindo-a cuidadosamente após a mistura.

ATENÇÃO AO COPO

Se o copo estiver quente ou morno ao toque, é possível que o conteúdo esteja **QUENTE e PRESSURIZADO**. Nesse caso, proceda da seguinte forma:

- **NÃO ABRA!** Deixe o copo onde está, sem tocar nele e não permita que outros lhe toquem. **NÃO** tente separar o copo da base do motor para evitar o perigo de lesões pessoais.
- Não volte a triturar.
- Deixe o copo arrefecer

durante pelo menos 30 minutos. Se ainda estiver quente, deixe-o arrefecer ainda mais.

- Uma vez frio ao toque, abra a tampa, lentamente, afastando-a do rosto e do corpo. Deite o conteúdo noutro recipiente.

COPO: MEDIDAS DE SEGURANÇA

Para o funcionamento seguro do liquidificador portátil nutribullet® é importante utilizar o copo corretamente. Uma utilização do copo que não cumpra estas instruções pode resultar em lesões pessoais, danos materiais ou danos no aparelho.

- Antes de triturar, certifique-se **SEMPRE** de que o copo está firmemente bloqueado na base do motor. Se o copo não estiver bloqueado, o motor não arranca.
- Acione o aparelho **APENAS** com a tampa no lugar.
- **NÃO** exceda a indicação de nível MAX. Exceder a indicação de nível

MAX pode causar o derramamento de líquido ou a paragem das lâminas.

- **NÃO** retire o copo ou a tampa quando a unidade estiver em funcionamento.
- **NÃO** encha demasiado o copo com gelo, o qual pode bloquear a rotação das lâminas e danificar o aparelho ou causar lesões pessoais. Antes de triturar, insira sempre uma quantidade suficiente de líquido.
- Não utilize o copo se notar fissuras, opacidade ou outros danos.
- Encomende as peças de substituição apenas em **nutribullet.com** ou contactando o serviço de apoio ao cliente.

LÂMINAS: MEDIDAS DE SEGURANÇA



AVISO! As lâminas são afiadas!
Manuseie com cuidado para evitar lesões pessoais.

- Não toque nas arestas cortantes das lâminas.
- Não aproxime as mãos ou os dedos das lâminas quando fixar o copo à base do motor.
- Manuseie cuidadosamente as lâminas ao lavá-las à mão.
- Ao montar, desmontar ou limpar as lâminas ou a base do motor, certifique-se de que o aparelho está desligado e que o carregador está desconectado.
- Não guarde a base do motor com as lâminas expostas. Fixe sempre o copo à base do motor.



AVISO! **NUNCA coloque as mãos dentro do copo nem as aproxime das lâminas quando o aparelho estiver a funcionar.**

- **NÃO** retire o copo ou a tampa enquanto as lâminas não estiverem completamente imobilizadas. As lâminas ainda podem ser ativadas ao remover a tampa. O

incumprimento destas instruções pode causar lesões pessoais, danos materiais ou danos ao aparelho.

CUIDADOS COM AS LÂMINAS E CAUTELA



AVISO! **Interrompa a utilização se as lâminas estiverem dobradas ou danificadas.**

- Certifique-se regularmente de que as lâminas não estão danificadas: caso contrário, contacte o serviço de apoio ao cliente para a remoção e substituição das lâminas.
- Antes de usar, retire os utensílios e itens não alimentares do copo. O incumprimento destas instruções pode causar lesões pessoais ou danos nas lâminas e no aparelho.
- Não triture frutas de caroço sem primeiro remover os caroços e as pevides. Os ingredientes sólidos mais duros podem danificar as lâminas.

- Se o copo estiver muito cheio, as lâminas podem bloquear. Nesse caso, consulte a secção **Erros** neste Guia.

SOBRE A SEGURANÇA



AVISO! **NÃO utilize o liquidificador portátil nutribullet® quando conduzir, utilizar máquinas, andar de bicicleta, caminhar ou realizar outras atividades que requeiram a sua máxima atenção.**

- Não exponha o liquidificador portátil nutribullet® a temperaturas extremas para não danificar as baterias, juntas e outras partes do aparelho.
- Não coloque o liquidificador portátil nutribullet® em superfícies irregulares ou instáveis.
- Não seque o aparelho com o secador de cabelo, a máquina de secar roupa, o forno ou o micro-ondas. Se o aparelho ficar molhado, seque cuidadosamente

o exterior com um pano limpo e seco.

- Não utilize o aparelho perto de água ou em condições de humidade, chuva ou neve.
- Não utilize o aparelho perto de chamas abertas ou de outras fontes de calor, perto de áreas com sujidade, poeira, óleo ou produtos químicos excessivos, ou sob luz solar direta.
- Não deixe o liquidificador portátil nutribullet® dentro do carro, especialmente no verão ou no inverno. A exposição prolongada a temperaturas extremas pode causar fugas, rutura ou explosão das baterias.

INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA



AVISO! **O incumprimento de todas as instruções relacionadas com o triturador portátil nutribullet® pode resultar em acidentes graves ou fatais e danos materiais.**

- O aparelho não pode ser utilizado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou com falta de experiência e conhecimentos, a menos que sejam cuidadosamente supervisionadas e instruídas para utilizar o aparelho em segurança por uma pessoa responsável pela sua segurança. Se o aparelho for utilizado por, ou na presença de, crianças, é necessária uma supervisão atenta. Não deixe as crianças brincarem com o aparelho.
- Inspeccione periodicamente o liquidificador portátil nutribullet® para ver se há eventuais danos ou sinais de desgaste que possam prejudicar o seu bom funcionamento ou representar um risco para a segurança.
- Preste atenção aos possíveis perigos ao carregar, usar ou armazenar o liquidificador portátil nutribullet®.
- Não utilize o aparelho para outros fins que não os previstos.
- Não acione o liquidificador portátil nutribullet® com o copo vazio.
- Não tente desativar os bloqueios de segurança.
- Não insira nada além do respetivo carregador na porta USB-C. Não permita que o pó se acumule no interior da porta.
- Não esmague, não deixe cair nem danifique a base do motor. Não utilize o aparelho se a base do motor estiver danificada de alguma forma. Para obter assistência, contacte o serviço de apoio ao cliente em **nutribullet.com**.
- Utilize apenas acessórios nutribullet®, especialmente concebidos para o liquidificador portátil nutribullet®. Utilize sempre peças de substituição e acessórios originais nutribullet®. As peças de substituição alternativas não cumprem as especificações nutribullet® e podem danificar a

unidade ou causar lesões graves.

- O uso de acessórios, incluindo frascos de conserva, não é recomendado pelo fabricante e pode implicar riscos ou lesões pessoais.
- Não limpe a base do motor mergulhando-a em água ou outros líquidos de limpeza. Limpe e seque suavemente com um pano limpo.
- Apenas o copo e a tampa podem ser lavados no cesto superior da máquina de lavar loiça, sem ciclo de aquecimento ou higienização. **NÃO COLOQUE A BASE DO MOTOR NA MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA.**

SEGURANÇA ELÉTRICA



AVISO: A modificação, a utilização indevida e o incumprimento das instruções podem aumentar o risco de lesões pessoais graves, acidentes fatais ou danos materiais.

† Para carregar as baterias do aparelho, utilize apenas fontes USB certificadas UL ou uma fonte de alimentação de Classe 2, âmbito ITE, para utilização com fontes de alimentação de 100/240 VCA, 50/60 Hz. O carregador USB deve ser uma fonte de alimentação de Classe 2 ou uma fonte de alimentação certificada ITE, com uma tensão nominal MAX de 5V e corrente de 2A. **Não utilize fontes de alimentação não aprovadas.**

- Para evitar o risco de choques elétricos, incêndios ou lesões pessoais, **NÃO** carregue nem manuseie o aparelho se estiver molhado, ou numa área que possa ficar molhada, nem o manuseie com as mãos molhadas.
- Não utilize em condições de humidade, nem mergulhe o cabo, a ficha ou a base do motor em água ou outros líquidos.
- Não utilize o liquidificador se o cabo estiver danificado, se a fonte de alimentação/carregador

não funcionar ou se a base do motor tiver caído ou sido danificada de alguma forma. Para obter assistência, contacte o serviço de apoio ao cliente em **nutribullet.com**.

- **DESLIGUE** sempre o liquidificador portátil nutribullet® e **RETIRE A FICHA DA TOMADA** quando ele não estiver a ser utilizado e **ANTES** de o montar, desmontar, mudar de acessórios ou limpar.
- Não carregue o aparelho perto de materiais inflamáveis, na cama ou no sofá ou em qualquer tipo de papel.
- Carregue o aparelho apenas com o cabo de alimentação fornecido. A utilização de peças de substituição incompatíveis ou alternativas pode danificar o liquidificador portátil nutribullet® ou criar riscos de segurança com possíveis danos ou lesões pessoais.

ALIMENTAÇÃO: MEDIDAS DE SEGURANÇA



AVISO! Alimente o aparelho apenas com uma corrente alternada adequada.

- A não observância das precauções seguintes pode causar lesões pessoais graves, incluindo a morte, em resultado de choque elétrico ou incêndio, e danos no aparelho.
- Utilize apenas uma fonte de alimentação (carregador) e um cabo específicos para a tensão do seu país.
- Não utilize um carregador de parede com um dispositivo ou um adaptador conversor de tensão.
- Não utilize fontes de alimentação fora do padrão, como geradores ou inversores. Use apenas a alimentação CA fornecida por uma tomada de parede padrão.

- Não utilize um carregador rápido ou de potência superior. Use apenas a alimentação CA fornecida por uma tomada de parede padrão ou pela tomada de isqueiro do automóvel. Para evitar possíveis oscilações de tensão e curto-circuitos do aparelho, não o ligue à tomada do isqueiro ao ligar o carro.
- Certifique-se de que a tomada elétrica fornece o tipo de alimentação indicado para o liquidificador portátil nutribullet® (em termos de tensão [V] e frequência [Hz]). Se não tem certeza do tipo de alimentação existente em sua casa, consulte um electricista qualificado.
- Não sobrecarregue a tomada de parede, a extensão, o bloco de tomadas ou quaisquer outras tomadas elétricas. Certifique-se de que conseguem lidar com a corrente total (em amperes) absorvida pelo aparelho (conforme indicado na fonte de alimentação) e por quaisquer outros dispositivos ligados ao mesmo circuito.
- Caso utilize uma fonte de alimentação CA com polos dobráveis, certifique-se de que os polos estão totalmente estendidos antes de inserir a ficha na tomada.
- Não utilize uma fonte de alimentação/carregador danificado, que tenha caído ou que tenha sofrido um forte impacto.
- Não carregue baterias numa área sujeita a temperaturas extremas.
- Desligue sempre a fonte de alimentação/carregador quando não estiver a ser utilizado.

SEGURANÇA DOS CABOS



AVISO Para recarregar as baterias, utilize apenas o cabo fornecido com o liquidificador portátil nutribullet®.

- Inspeção regularmente o cabo de alimentação.
- Um cabo exposto representa um potencial risco de tropeçar. Organize os cabos de modo a que as pessoas e os animais de estimação nas proximidades do aparelho não possam tropeçar ou puxá-los acidentalmente.
- Não aperte demasiado o cabo de alimentação ao enrolá-lo para o arrumar, nem o dobre ou torça ao utilizá-lo.
- Ao posicionar o aparelho ou a fonte de alimentação/ carregador, certifique-se de que os cabos não têm curvas apertadas e que os conectores não estão em contacto com a parede ou com uma superfície dura.
- Tome cuidado para que os animais de estimação ou as crianças não mordam ou mastiguem os cabos e fios.
- Para desligar o cabo de alimentação, pegue e puxe pela ficha, não pelo cabo.
- Não permita que o

cabo de carregamento entre em contacto com superfícies quentes ou fontes de calor, nem fique enredado, emaranhado ou desgastado.

- Não agarre nem arraste o aparelho pelo cabo de carregamento.
- Não permita que o cabo fique pendurado na borda da mesa ou bancada.

SEGURANÇA DA BATERIA

O liquidificador portátil nutribullet® está equipado com baterias de iões de lítio recarregáveis. **As baterias não são substituíveis e devem ser recicladas ou eliminadas corretamente.** A abertura e/ou reparação do aparelho ou a tentativa de substituir as baterias podem causar choques elétricos, danos no aparelho, incêndios, lesões pessoais ou danos materiais.

- Este produto está equipado com baterias de iões de lítio. Elimine corretamente a base do motor. Uma eliminação inadequada

pode provocar lesões, até mesmo fatais, ou danos materiais – devido à perda de líquido da bateria – incêndio, sobreaquecimento ou explosão. As baterias de íões de lítio contêm elementos que, se dispersos nas águas subterrâneas, podem representar riscos para a saúde das pessoas. Em alguns países, é proibido eliminar estas baterias como lixo doméstico normal. Para uma eliminação adequada, consulte os regulamentos locais.

- Para obter instruções sobre a eliminação adequada, contacte os centros de recolha e eliminação de resíduos perigosos da sua área.
- Não exponha a base do motor, que contém a bateria, ao fogo ou ao calor excessivo. A exposição ao fogo ou a temperaturas superiores a 130°C pode danificar as baterias e causar uma explosão.

- Não recarregue o liquidificador portátil nutribullet® perto de um fogo, de uma fonte de calor ou num ambiente extremamente quente.
- A temperatura ambiente recomendada para o armazenamento e o carregamento situa-se entre os 10 e os 40°C.
- Não utilize o liquidificador em áreas com uma atmosfera potencialmente explosiva (tais como áreas de abastecimento ou estações de serviço, debaixo do convés de embarcações, instalações de transferência e armazenamento de combustível e/ou produtos químicos e áreas onde estejam presentes no ar produtos químicos ou partículas inflamáveis, tais como pó de cereais ou pós metálicos). Nestas áreas, podem ocorrer faíscas que resultam em explosão ou incêndio.
- Não utilize o aparelho se a base do motor estiver sobreaquecida, tiver cheiros, fugas de líquido,

inchar ou mudar de cor/ forma. Em condições extremas, podem ocorrer fugas das células da bateria. O líquido da bateria é corrosivo e pode ser tóxico. Pode causar queimaduras e ser prejudicial ou fatal se ingerido. Em caso de fuga, desligue imediatamente o aparelho e contacte o serviço de apoio ao cliente em **nutribullet.com** para obter assistência.

- **Evite o contacto com o líquido da bateria. Em caso de fuga da bateria:**

- Evite o contacto do líquido com a pele, olhos, vestuário ou outras superfícies. Em caso de contacto com a pele, olhos ou vestuário, lave imediatamente a área afetada com água abundante e contacte o seu médico ou outro profissional de saúde.

- Não utilize o aparelho em locais com uma atmosfera potencialmente explosiva como, por exemplo, um armário por cima do forno ou fogão, perto de um

radiador ou aquecedor, ou numa área exposta à luz solar direta.

- Não deite a base do motor ao fogo. As baterias podem explodir.

! **Guarde estas instruções!**

Para ver estas instruções online ou noutros idiomas, visite **nutribullet.com**.



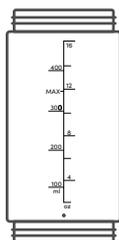
Índice

- 16** **Conteúdo da embalagem**
- 17** **Guia de montagem**
- 18** **Estado do indicador luminoso de LEDs**
 - 18** Carregamento
 - 19** Definições
 - 20** Erros
- 22** **Utilização do liquidificador portátil nutribullet®**
- 24** **Limpeza e manutenção**
 - 24** Peças de substituição
- 25** **Receitas**

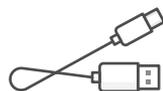
Conteúdo da embalagem



base do motor copo de 475 ml



tampa para levar



Cabo de carregamento USB-C

As configurações do produto podem variar. Para consultar a lista completa de acessórios nutriBullet® visite o site [nutribullet.com](https://www.nutribullet.com).

Antes da primeira utilização.

LIMPE O APARELHO:

Consulte a secção **Cuidados e manutenção** na página 24.

CARREGUE O APARELHO:

Insira a extremidade mais pequena do **cabo USB-C** fornecido na ranhura sob o botão **Power** (na parte frontal da **base do motor**) e a extremidade maior do cabo na tomada de alimentação (adaptador, computador, etc.).

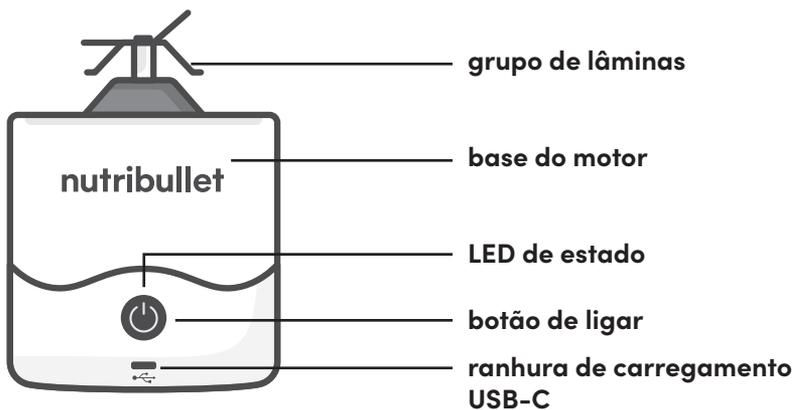
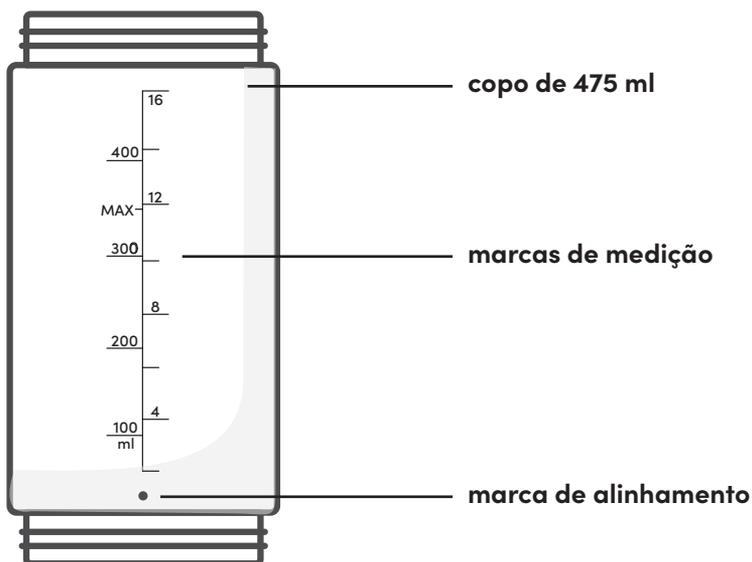
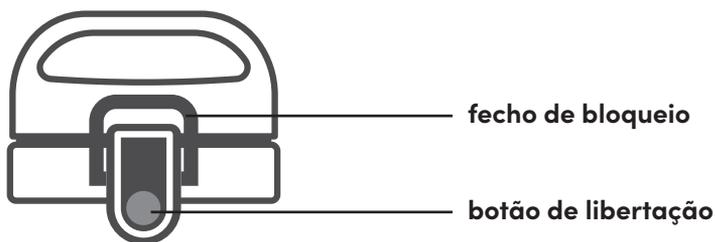
- Recomenda-se carregar totalmente a unidade antes de a utilizar pela primeira vez. Para uma carga completa, são necessários 60 a 90 minutos.

Consulte a secção **Indicador luminoso de estado de LEDs** nas páginas 18-20.

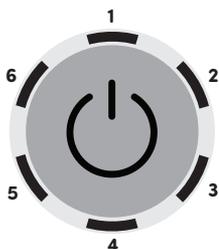


AVISO! Para evitar o risco de incêndio ou lesões pessoais, não carregue se a unidade ou a porta USB-C estiverem molhadas.

Guia de montagem



Estado do indicador luminoso de LEDs



O indicador do liquidificador portátil nutribullet® está equipado com seis barras luminosas de LEDs vermelhas ou azuis, dependendo do estado de funcionamento do aparelho. Veja mais detalhes abaixo.

Carregamento



Falta de alimentação

Todos os LEDs estão apagados.



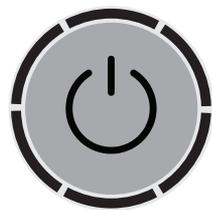
Carga fraca

O LED 1 pisca a vermelho.



Carregamento

Os LEDs piscam até brilharem com um azul intenso no sentido horário.



Carga completa

Todos os LEDs se acendem com um azul intenso.

Definições



Ativação

Prima o botão uma vez para ativar o liquidificador.

Quando o anel estiver azul intenso, a unidade está pronta.



Modo de mistura

Os LEDs azuis giram no sentido horário.

Prima o botão **Power** para iniciar um ciclo de 20 segundos.



Desativação

Após 2 minutos de inatividade, o liquidificador desliga-se automaticamente.

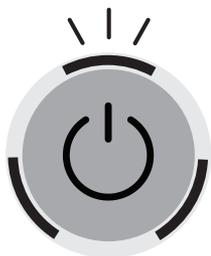
Quando o anel se apaga, o liquidificador também se desliga.



Verificação da bateria

Mantenha premido o botão **Power** durante 2 segundos para verificar a carga residual da bateria.

Erros



Demasiadas misturas

O anel luminoso pisca a vermelho, alternando os LEDs em cima e em baixo.

Solução: Suspenda a atividade e deixe o liquidificador arrefecer antes da próxima utilização. Não exceda os 9 ciclos de mistura em 6 minutos.



Sobreaquecimento

O anel luminoso fica vermelho.

Solução: Suspenda a atividade e deixe o liquidificador arrefecer antes da próxima utilização.



Erro geral

O anel luminoso pisca a vermelho.

Anomalias e soluções:

Certifique-se de que o copo está fixado e alinhado corretamente.

Se a lâmina estiver bloqueada, tente o seguinte:

- Adicione mais líquido ao copo e tente triturar novamente.
- Agite o liquidificador ou vire-o de cabeça para baixo para remover o bloqueio.
- Desligue a unidade e remova o bloqueio da lâmina com um utensílio.

AVISO!

Antes da primeira utilização, leia todos os avisos e conselhos de prudência fornecidos na secção Avisos de segurança (páginas 2-13).

Antes da utilização, certifique-se **SEMPRE** de que o liquidificador está limpo e cheio.

Encha totalmente o liquidificador antes da primeira utilização. A ranhura de carregamento está localizada sob o indicador luminoso da **base do motor**. (Consulte a secção sobre montagem na página 17)

NÃO acione o liquidificador portátil nutribullet® vazio.

NÃO coloque os acessórios nutribullet® no micro-ondas.

NÃO deixe o liquidificador portátil nutribullet® sozinho quando estiver a ser utilizado.

NÃO carregue o liquidificador portátil nutribullet® se o **cabo USB-C** estiver molhado.

NÃO utilize ingredientes quentes ou mornos no copo de mistura. Os ingredientes quentes podem fazer aumentar a pressão no interior do copo hermético, com a possível expulsão do conteúdo ao abrir e consequentes danos a pessoas e bens.

NUNCA acione o liquidificador portátil nutribullet® durante mais de um minuto de cada vez, pois o motor pode sofrer danos irreversíveis. Se o motor parar de funcionar, suspenda a atividade e deixe a unidade arrefecer. O liquidificador portátil nutribullet® está equipado com uma proteção térmica interna que desliga o motor em caso de sobreaquecimento. Deixe a proteção térmica arrefecer para permitir que seja restaurada.

Inspeccione **SEMPRE** a lâmina. Durante o período de garantia, antes de remover a lâmina, contacte o serviço de apoio ao cliente para receber instruções para uma substituição segura.

Utilização do liquidificador portátil nutribullet®



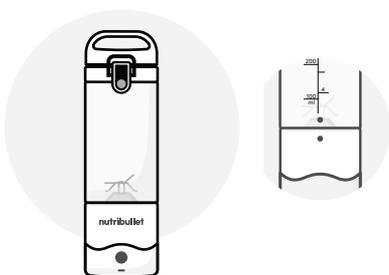
- 1 Lave o **copo de mistura** com água quente e detergente antes da utilização.

IMPORTANTE: Também pode limpar o liquidificador deitando água fria e uma gota de detergente no **copo** e triturando durante um ciclo.



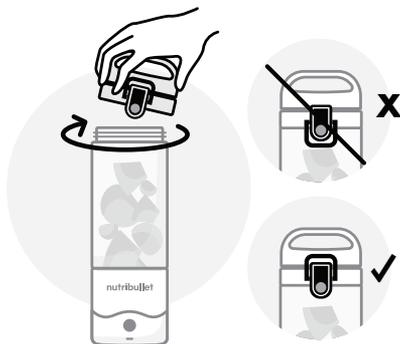
- 2 Retire a **tampa** e adicione os ingredientes.

! **AVISO!** Para um desempenho ideal, não exceda a linha **MAX**, não encha demais e use uma quantidade suficiente de ingredientes líquidos.



- 3 Coloque o **liquidificador portátil nutribullet®** sobre uma superfície limpa, seca e plana.

IMPORTANTE: Certifique-se de que o **copo** está posicionado corretamente, alinhando os dois pontos colocados no **copo** e na **base do motor**.



- 4 Enrosque novamente a **tampa** no **copo**.

IMPORTANTE: Certifique-se de que o **fecho da tampa** está na posição vertical e bloqueado.



- 5** Ative o liquidificador premindo uma vez o botão **Power**. Aguarde cerca de 1 segundo para que a animação luminosa seja concluída.

IMPORTANTE: Após 2 minutos de inatividade, o liquidificador desliga-se automaticamente (**Modo Sleep**). Isso evita misturas acidentais e aumenta a vida útil da bateria.

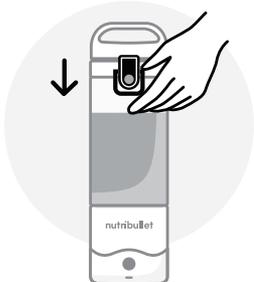


- 6** Quando o liquidificador estiver ativo, prima novamente o botão **Power** para iniciar um ciclo de 20 segundos.

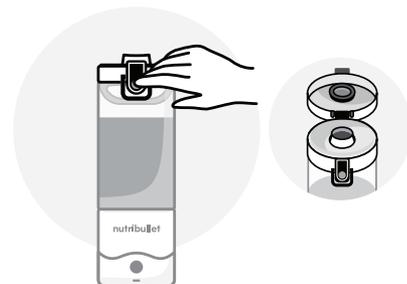
Se desejar **triturar os ingredientes de forma intermitente** ou interromper o ciclo de mistura, prima novamente o botão **Power**.



AVISO! Não triture durante mais de um minuto para evitar uma acumulação excessiva de calor e pressão. Para repetir o ciclo, abra cuidadosamente o copo para aliviar a pressão acumulada antes de reiniciar o aparelho.



- 7** Quando terminar de misturar, rode o fecho para baixo para desbloquear a **tampa**.



- 8** Prima o botão na **tampa** para a abrir e destapar o bico. Aproveite o seu batido!

Manutenção

1.

Certifique-se sempre de que o liquidificador portátil nutribullet® é desligado após cada utilização.

2.

Lave à mão o copo e a tampa com água quente e detergente e enxague:

IMPORTANTE: A base do motor **NÃO** é lavável na máquina de lavar loiça. No entanto, o copo e a tampa podem ser lavados no cesto superior da máquina de lavar loiça, sem o ciclo de aquecimento ou higienização.

3.

Lave suavemente o grupo de lâminas e limpe-o com uma esponja ou pano húmido:

IMPORTANTE: Nunca mergulhe a base do motor em água.

 **AVISO! Não toque nas lâminas! São muito afiadas.**

 **AVISO! Não triture líquidos quentes ou mornos no copo de 475 ml.**

 **AVISO! NÃO mergulhe a base do motor em água ou outros líquidos.**

4.

Guarde o liquidificador portátil nutribullet® num local seguro, na posição vertical com o copo montado, para que as lâminas não fiquem expostas. Não empilhe objetos na parte superior da unidade quando armazenada.

Peças de substituição

Para solicitar peças de substituição e outros acessórios, visite o site **nutribullet.com/shop/accessories**.

Guia de receitas do liquidificador portátil nutribullet®

A vida é complicada. Comer de forma saudável não tem de o ser.

Grandes batidos, onde quer que a vida o leve. Este é o liquidificador portátil nutribullet®. Este aparelho, leve, permite-lhe preparar todos os seus batidos favoritos sem a necessidade de um cabo ou ficha. Basta carregá-lo, levá-lo consigo e ligá-lo quando for a hora de pôr mãos à obra.

Quer esteja com vontade de um batido proteico pós-treino, de um lanche saudável enquanto viaja ou de um cocktail divertido e festivo à beira da piscina, este prático liquidificador faz tudo, onde quer que esteja. O carregador USB-C alimenta o motor durante cerca de 15+ ciclos de mistura e a prática tampa facilita o transporte em todas as suas aventuras.

Para começar, preparámos esta coleção de receitas simples, fáceis e deliciosas: do caffè macchiato aos batidos, aos molhos e aos condimentos. Dê uma olhadela, misture os seus ingredientes favoritos e desfrute de deliciosos batidos.

Estamos ansiosos por vê-lo em ação.

Leite dourado frio

DOSES PARA 1 PORÇÃO

Aposte no ouro com este leite frio e cremoso, rico em especiarias quentes e saborosas, conhecidas pelos seus benefícios anti-inflamatórios e antioxidantes.

250 ml	LEITE DE AVEIA SEM AÇÚCAR
25 ml	AGAVE
2	RAIZ DE GENGIBRE, DESCASCADA E CORTADA EM RODELAS FINAS
7 g	CURCUMA MOÍDA
uma pitada	PIMENTA PRETA ESMAGADA
1 g	CANELA EM PÓ
100 g	GELO

- 1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.
- 2 Feche a **tampa** e execute um ciclo de mistura completo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 300 ML

Calorias 170, Lípidos 1,5 g, Hidratos de carbono 38 g, Fibra 3 g, Açúcares 16 g, Proteínas 2 g.

Matcha com leite frio

DOSES PARA 1 PORÇÃO

Demasiado matcha? Não existe. Não nos cansamos do poderoso chá verde, especialmente quando misturado na perfeição num leite frio cremoso.

250 ml **LEITE DE AVEIA SEM AÇÚCAR**

25 ml **AGAVE**

5 g **MATCHA EM PÓ**

100 g **GELO**

1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.

2 Feche a **tampa** e execute um ciclo de mistura completo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 300 ML

Calorias 190, Lípidos 2 g, Hidratos de carbono 39 g, Fibra 5 g, Açúcares 16 g, Proteínas 5 g.

Batido de banana e manteiga de amendoim

DOSES PARA 1 PORÇÃO

Este delicioso batido rico e cremoso pode ser apreciado como sobremesa e preparado a qualquer hora do dia graças às suas propriedades nutricionais.

250 ml **LEITE DE AMÊNDOA
COM BAUNILHA SEM
AÇÚCAR**

15 ml **XAROPE DE BORDO**

½ **BANANA**

15 g **MANTEIGA DE
AMENDOIM**

5 g **CACAU EM PÓ SEM
AÇÚCAR**

100 g **GELO**

- 1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.
- 2 Feche a **tampa** e execute um ciclo de mistura completo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 350 ML

Calorias 260, Lípidos 13 g, Hidratos de carbono 33 g, Fibra 5 g, Açúcares 21 g, Proteínas 6 g.

Batido de creme de laranja

DOSES PARA 1 PORÇÃO

Leite de coco cremoso, laranja doce e saborosa, banana macia... Não há nada que não se possa amar neste batido de sonho.

200 ml	LEITE DE COCO ENLATADO	1	Coloque todos os ingredientes no copo , exceto o gelo, na ordem indicada.
2,5 ml	EXTRATO DE LARANJA	2	Feche a tampa e triture durante um ciclo.
1 ml	EXTRATO DE BAUNILHA	3	Retire a tampa e adicione gelo ao copo . Feche a tampa e triture durante mais outro ciclo.
5 ml	XAROPE DE BORDO		
½	LARANJA, CORTADA EM 2		
½	BANANA		
50 g	GELO		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 300 ML

Calorias 350, Lípidos 24 g, Hidratos de carbono 30 g, Fibra 4 g, Açúcares 20 g, Proteínas 3 g.

Batido de banana e morango

DOSES PARA 1 PORÇÃO

Se desejar um clássico, este é o batido perfeito. Adicione uma colher de sementes de chia para um fornecimento adicional de fibra e Ômega 3 e um toque de extrato de baunilha para torná-lo mais agradável. Saúde!

250 ml	LEITE DE AMÊNDOA COM BAUNILHA SEM AÇÚCAR
2,5 ml	EXTRATO DE BAUNILHA
100 g	MORANGOS FRESCOS
½	BANANA
15 g	SEMENTES DE CHIA
100 g	GELO

- 1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.
- 2 Feche a **tampa** e execute um ciclo de mistura completo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 350 ML

Calorias 170, Lípidos 5 g, Hidratos de carbono 28 g, Fibra 8 g, Açúcares 13 g, Proteínas 4 g.

Margarita de manga

DOSES PARA 1 PORÇÃO

A manga congelada dá à margarita clássica um toque doce e gelado. Decore o copo com um pouco de sal de malagueta para obter um espectro completo de sabores festivos.

30 ml	SUMO DE LIMA
75 ml	TEQUILA
30 ml	TRIPLO SEC
15 ml	AGAVE
150 g	MANGA CONGELADA, DESCONGELADA DURANTE 10 MINUTOS
uma pitada	SAL
1	RODELA DE LIMA, PARA GUARNECER
	TAJIN, PARA GUARNECER

- 1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.
- 2 Feche a **tampa** e execute um ciclo de mistura completo.
- 3 **Se desejar, reborde um copo com Tajin:** esfregue a rodela de lima no rebordo e, em seguida, mergulhe-a no Tajin. Transfira o batido para o copo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 177 ML

Calorias 190, Lípidos 0 g, Hidratos de carbono 26 g, Fibra 2 g, Açúcares 22 g, Proteínas 0 g.

Panquecas

Doses para: 2 porções

Estas panquecas fofas de aveia são uma adição deliciosa e saudável a qualquer pequeno-almoço.

120 ml	LEITE DE AMÊNDOA SEM AÇÚCAR
2,5 ml	EXTRATO DE BAUNILHA
45 g	FLOCOS DE AVEIA
½	BANANA
10 g	SEMENTES DE LINHO
1,5 g	CANELA
uma pitada	SAL

- 1 Coloque a aveia no **copo**.
- 2 Feche a **tampa** e triture durante um ciclo para obter a farinha de aveia.
- 3 Depois de triturar a aveia, retire a **tampa** e adicione os outros ingredientes ao **copo** na ordem indicada.
- 4 Feche a **tampa** e triture. Se necessário, agite para distribuir os ingredientes e triture novamente.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 270 G, PARA 4 PANQUECAS

Calorias 220, Lípidos 6 g, Hidratos de carbono 35 g, Fibra 7 g, Açúcares 5 g, Proteínas 8 g.

Molho

Doses para: 8 porções

O molho fresco é preparado num instante com esta mistura fácil e saborosa de tomate, pimenta, cebola e alho.

120 g	TOMATE EM CUBOS ENLATADO COM SUMO
100 g	PIMENTO VERMELHO CORTADO EM PEDAÇOS
15 g	CEBOLA PICADA
2	DENTES DE ALHO
1 g	PIRIPÍRI TRITURADO
3 g	SAL
1 g	PIMENTA PRETA

- 1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.
- 2 Feche a **tampa** e **ACIONE POR IMPULSOS** até obter a consistência desejada.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 35 G

Calorias 5, Lípidos 0 g, Hidratos de carbono 1 g, Fibra 0 g, Açúcares 1 g, Proteínas 0 g.

Molho de pepino e endro

Doses para: 8 porções

Este molho cremoso adiciona um sabor fresco e saboroso a praticamente tudo, de saladas a tigelas de cereais e a falafel.

80 g	IOGURTE GREGO GORDO	1 Coloque todos os ingredientes no copo na ordem indicada.
15 ml	SUMO DE LIMÃO	
35 g	PEPINOS PERSAS, ÀS RODELAS	2 Feche a tampa e execute um ciclo de mistura completo. Realize um segundo ciclo, se necessário.
2,5 g	SAL	
3,5 g	CEBOLA EM PÓ	
3-5	REBENTOS DE ENDRO FRESCOS	
4	FOLHAS DE HORTELÃ	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 30 G

Calorias 30, Lípidos 1,5 g, Hidratos de carbono 2 g, Fibra 0 g, Açúcares 1 g, Proteínas 3 g.

Vinagrete de framboesa

Doses para: 8 porções

Um molho deliciosamente picante, perfeito para enriquecer qualquer mistura de vegetais frescos.

120 ml	AZEITE EXTRA VIRGEM
15 ml	VINAGRE DE SIDRA
30 ml	VINAGRE DE VINHO TINTO
60 g	FRAMBOESAS FRESCAS
1	DENTE DE ALHO CORTADO AO MEIO
3 g	MOSTARDA MOÍDA
1 g	SAL

- 1 Coloque todos os ingredientes no **copo** na ordem indicada.
- 2 Feche a **tampa** e execute um ciclo de mistura completo.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL POR PORÇÃO DE 30 ML

Calorias 130, Lípidos 14 g, Hidratos de carbono 1 g, Fibra 1 g, Açúcares 0 g, Proteínas 0 g.

Capital Brands Distribution, LLC | nutribullet.com | Todos os direitos reservados.

nutribullet® Portable Blender é uma marca comercial da CapBran Holdings, LLC registrada nos Estados Unidos e em todo o mundo.

As ilustrações podem diferir do produto real. Esforçamo-nos constantemente por melhorar os nossos produtos, portanto, as especificações aqui contidas estão sujeitas a alterações sem aviso prévio.

230606_NBXX350