

FOOD 家家有食神

撰文：KC 攝影：張福宏
場地及產品提供：德國寶

史上最安全

Baby food

FOCUS

市面上的嬰兒食品都標榜衛生安全，但試問又怎會比自家製來得更安心？自己親手炮製的 baby food，可確保無添加任何不必要的成份，當然更令家長放心。若閣下選用轉數超過三萬轉以上的專業高速健康食品處理器，更可「神不知鬼不覺」地將各款營養食材融入到嬰兒食品之中，攪打成為幼滑的糊仔，既幼滑又富營養。

甘筍糙米粥

一般屆6個月或以上的嬰兒已可進食糙米粥，如果屋企具備專業高速健康食品處理器，可加入其他食材例如甘筍、雞肉、菠菜或瘦肉，打碎成糊狀，既可豐富其味道，又極具營養價值，自然容易被嬰兒吸收。

糙米本身含豐富維他命B及纖維素，有助新陳代謝及腸道健康。由於原粒糙米的外殼較硬，即使煮後亦不適合嬰兒食用；若以純糙米粉代替，雖可確保嬰兒可以下嚥，但會令糙米的營養價值急降。所以最好使用專業高速健康食品處理器方可將之磨成糊狀，因為一般的攪拌器是不能做到以上效果的。

- 材料：
- 糙米 — 20克
 - 白米 — 60克
 - 甘筍 — 100克

做法：

- 1) 糙米及白米在鍋中炒香(不下油)，備用；
- 2) 甘筍洗淨及去皮切件後，用400毫升水煮10分鐘，將所有材料連水放入專業高速處理器，按「荳漿」鍵*，搞成糊狀即成。



為了吸引嬰兒及小朋友進食一些有益健康的蔬果，有時真的要花點心思，就以這款木瓜香蕉糊為例，首先必須要選用熟一點的香蕉和木瓜，出來的味道會較香甜，較容易入口，或可加糖、及灑上提子乾或山楂餅來吸引小朋友；其次是材料中可加入一些蔬菜，即使不喜歡吃菜的小朋友或未能咀嚼蔬菜的嬰兒都可得到其營養。

材料：
香蕉 - 1/2隻(切塊)
木瓜 - 100克(切塊)
牛奶 - 300毫升

做法：
1) 香蕉去皮切小段、木瓜去皮去核切粒；
2) 將材料連牛奶一同放入專業高速健康食品處理器，按「荳漿」鍵*，搞成糊狀即成。



蘋果奶糊

4個月大或以上的嬰兒，其實已經可以開始進食一些較稀的奶糊類食物，而今次介紹的蘋果奶糊，只需將平時嬰兒飲用的奶，再加蘋果攪打而成，既簡單又健康。蘋果含有具抗氧化功能的維他命C及多種植物化合物，有助預防疾病；而蘋果中的纖維素則有助腸道健康，有助嬰兒消化。

於攪拌期間，蘋果茸很快會因氧化而變成棕色，此屬正常自然現象。但最好盡快進食，以免顏色進一步變黑。值得一提的是，專業高速健康食品處理器的一按式功能鍵，具備預設功能可以直接將食材打成糊狀，濃度調校得剛剛好，毋須再「邊煮邊攪」。

材料：
蘋果 - 1個
奶 - 1安士(嬰兒所飲用的奶)

做法：
1) 蘋果洗淨，去皮去核，切粒。
2) 放入專業高速健康食品處理器內，加入奶按「荳漿」鍵*，攪成茸即成。



*一按式功能鍵是來自德國寶PRO-6至「營」織織機

必先利其器

既有益又安心

自家製嬰兒食品，其要訣與長者食品無異，最重要是令食物易於咀嚼。選用專業高速健康食品處理器，可以在完全不會造成浪費的情況之下，將所有材料完全打碎，令完成品具備幼滑易嚼的效果，將蔬果最有益的植物生化素完全釋放出來，既得到食材的味道，亦更易吸收食物的營養價值，好處多不勝數。

自家製的另一優點就是更加安心，因為可以確保完全沒有任何防腐劑或其他添加成份，毋須再擔心嬰兒食品的質素。再者，專業高速健康食品處理器可以「一take過」將所有材料攪打成幼細的糊狀，方便快捷。用一般的攪拌器亦可製作上述嬰兒食品，但可能要覓尋方法處理較堅硬的食材，工序會變得較為繁複，出來的效果亦不夠幼滑，亦未必能全面攝取食材的營養。



送 吳永志博士暢銷養生書籍 《不一樣的自然養生法》

現凡選購德國寶至「營」織織機 (PRO-6) 即可憑本券換領《不一樣的自然養生法》乙本。



換領券使用細則：

1. 本優惠適用於在下列地點購買之德國寶至「營」織織機 (PRO-6)：
 - 德國寶士瓜灣或灣仔廚櫃及電器陳列中心
 - 德國寶廚櫃陳列專櫃
 - 指定德國寶巡迴路演
 - 指定德國寶分銷商
2. 書籍換領地點：德國寶廚櫃及電器陳列中心 (士瓜灣：九龍士瓜灣馬頭角道116號新寶工商中心高層地下2-4號室 灣仔：香港灣仔摩利臣山道22號)。
3. 每選購1部PRO-6只限換領書籍乙本，換領時必須出示本券及購買發票正本。
4. 本券不可兌換現金或與其他優惠同時使用。
5. 本券有效期為2010年5月7日至7月31日。書籍數量有限，換完即止。
6. 如有任何爭議，德國寶將保留最終決定權。

查詢優惠詳情，請致電2773 2888，或瀏覽網址www.germanpool.com。

GERMAN POOL 德國寶



至「營」織織機 PRO-6

專業高速健康食品處理器

保健
防癌 纖體



以《不一樣的自然養生法》理念度身訂造 實現吳永志博士的養生蔬果汁製作祕訣

養生之選：特設一按式「蔬果鍵」，內置以吳博士理念度身訂造之養生蔬果汁攪拌程式，有助預防癌症、高血糖、高血脂及高血壓

極高轉速：將蔬果纖維研磨至與水相融，釋放出植物生化素

功能特多：一按即製蔬果汁、糖水、豆漿、沙冰、濃湯、醬汁及嬰兒食品

操作靈活：全自動操作，並可隨時調整時間及速度

超大容量：2公升特大耐溫容杯，自由配搭各種食材，冷熱隨意

安全可靠：耐用日本進口高碳鋼刀片，永久保用，並特設雙重安全保護裝置

至「營」織織機 現以特惠價發售

特惠價：\$2,980 (原價：\$4,260) 加送贈品：《美食世界》食譜

經銷商：(排名不分先後)



高級廚櫃及電器陳列中心
九龍士瓜灣馬頭角道116號
新寶工商中心高層地下2-4號室 T. 2773 2888
香港灣仔摩利臣山道22號
(南洋酒店對面) T. 3110 2030

特約廚櫃陳列室
九龍黃埔花園第五及
第六期吉之島百貨G/F T. 2362 7033
香港鰂魚涌康怡廣場
南座吉之島百貨3/F T. 2535 6629

www.germanpool.com