

Guide de découpe des ingrédients

Le Découpe-Minute Thermomix® tranche et râpe rapidement et efficacement de très nombreux légumes, fruits et autres ingrédients.

Pour obtenir les meilleurs résultats, toujours choisir des fruits mûrs mais fermes au toucher (en particulier les tomates, les avocats et les mangues). En effet, un fruit trop mûr serait écrasé plutôt que tranché.

LÉGUMES, FRAIS ET CROQUANTS

Ingrédient	Description	Découpe	Astuces et conseils
Aubergines	Coupées en deux ou en quartiers dans le sens de la longueur.	Tranches épaisses	Insérez en position verticale dans la grande goulotte. Pour des rondelles, optez pour des aubergines asiatiques qui sont plus fines que les aubergines classiques.
Betteraves	Crues ou cuites. Si nécessaire, lavées et essuyées. Si trop grosses pour la goulotte, les couper en deux ou en quartiers.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez les betteraves dans la grande goulotte.
Choux de Bruxelles	Entiers.	Tranches fines ou épaisses	Remplissez la goulotte avant de démarrer.
Carottes	Entières, épluchées ou brossées.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Pour obtenir des tranches, insérez la carotte en position verticale dans la goulotte. Il est possible de trancher plusieurs carottes à la fois en les insérant côte à côte dans la goulotte.
Céleri-rave/ chou-rave	Épluché et coupé en tranches pouvant être insérées dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez une tranche à la fois en position verticale dans la grande goulotte (voir image p. 28).
Céleri	Uniquement la tige.	Tranches épaisses ou fines	Insérez 4-5 tiges à la fois dans la goulotte.

Ingrédient	Description	Découpe	Astuces et conseils
Chou chinois	Couper en tranches pouvant être insérés dans la grande goulotte. Ou enrrouler les feuilles pour pouvoir les insérer en position verticale dans la goulotte.	Tranches épaisses	Insérez les tranches ou les feuilles enrroulées en position verticale dans la grande goulotte (voir image p. 28).
Courgettes	Les extrémités coupées de sorte que les courgettes se tiennent à la verticale sur le disque.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la grande goulotte.
Concombres	Les extrémités coupées de sorte que les concombres se tiennent à la verticale sur le disque.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la grande goulotte.
Radis blancs	Brossés. Entiers ou coupés en deux dans le sens de la longueur pouvant être insérés dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la grande goulotte.
Fenouil	Si nécessaire, coupé en deux ou en tranches pouvant être insérées dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses	Insérez une tranche à la fois en position verticale dans la grande goulotte (voir image p. 28).
Haricots verts	Les extrémités coupées pour que les haricots soient tous de la même longueur.	Tranches épaisses	Insérez une poignée de haricots verts pouvant être insérée dans la petite goulotte.
Laitues	La partie la plus épaisse retirée. Les petits cœurs de laitue coupés en deux ou en quartiers. La grandes feuilles, comme la laitue romaine, sont enrroulées. La laitue iceberg coupée en quartiers.	Tranches épaisses	Insérez en position verticale dans la goulotte.
Légumes-feuilles (chou kale, chou branchu, etc.)	Retirer la tige ou du moins la partie la plus épaisse de la tige. Enrouler les feuilles les plus grandes en les serrant le plus possible et couper le cœur en quartiers.	Tranches fines ou épaisses	Insérez en position verticale dans la goulotte (voir image p. 28).
Poireaux	Les blancs de poireaux seulement.	Tranches épaisses	Insérez en position verticale dans la petite ou la grande goulotte. Tranchez plusieurs poireaux à la fois en les insérant côte à côte dans la goulotte.

LÉGUMES, FRAIS ET CROQUANTS
(suite)

Ingrédient	Description	Découpe	Astuces et conseils
Champignons	Utiliser des champignons de même taille pouvant être insérés dans la petite goulotte. Retirer le pied et nettoyer les chapeaux. Si les chapeaux sont trop gros pour la petite goulotte, les insérer côte à côte, en position verticale, dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses	Remplissez la goulotte en insérant les chapeaux en position verticale avant de démarrer (voir image p. 29). Pousser délicatement avec le poussoir pour obtenir des tranches épaisses et régulières.
Oignons	Couper les gros oignons en 2 – 3 tranches.	Tranches fines ou épaisses Râpé épais	Insérez chaque moitié d'oignons en position verticale pour obtenir des tranches régulières, démarrez le Thermomix® et appuyez légèrement avec le poussoir (voir image p. 29).
Pak-choï (chou chinois)	Opter pour des petits pak-choï. Coupés en deux ou en quartiers pouvant être insérés dans la grande goulotte.	Tranches épaisses	Insérez en position verticale dans la grande goulotte.
Panais	Entier, épluché ou brossé.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la goulotte. Tranchez plusieurs panais à la fois en les insérant côte à côte dans la goulotte.
Poivrons	Coupés en quartiers pouvant être insérés dans la grande goulotte, en prenant soin de retirer les membranes blanches et les pépins.	Tranches épaisses	Insérez 2-3 quartiers à la fois, en position verticale, dans la grande goulotte afin de les caler (voir image p. 29).
Pommes de terre	Coupées en deux ou en morceaux pouvant être insérés dans la goulotte.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la grande goulotte. Les petites pommes de terre peuvent être en position verticale ou horizontale.

Ingrédient	Description	Découpe	Astuces et conseils
Radis	Entiers	Tranches épaisses ou fines Râpé épais	Si les radis sont trop gros pour être insérés dans la petite goulotte, empilez-les en position verticale dans la grande goulotte et poussez délicatement avec le poussoir. Insérez les radis de forme allongée, en position verticale, dans la petite goulotte.
Chou rouge	Coupé en quartiers pouvant être insérés dans la grande goulotte. Cœur retiré.	Tranches fines ou épaisses	Insérez un quartier à la fois, en position verticale, dans la grande goulotte.
Racine de gingembre	Trop fibreuse. Les filaments les plus durs s'enrouleront sur le disque.	Déconseillé	Hachez le gingembre dans le bol de mixage ou tranchez-le manuellement.
Échalotes	Entières ou coupées en deux.	Tranches fines ou épaisses	Insérez en position verticale dans la petite ou la grande goulotte.
Oignons verts	Les blancs d'oignons seulement.	Tranches épaisses	Insérez 3-4 blancs d'oignons, en position verticale, dans la petite goulotte.
Courges	Coupées en tranches pouvant être insérées dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez une tranche à la fois, en position verticale, dans la grande goulotte.
Patates douces	Épluchées ou brossées. Si nécessaire, coupées en morceaux pouvant être insérés dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la grande goulotte.
Navets	Épluchés ou brossés. Coupés en deux ou en tranches pouvant être insérées dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses Râpé fin ou épais	Insérez en position verticale dans la grande goulotte.
Choux blancs	Coupés en tranches pouvant être insérés dans la grande goulotte.	Tranches fines ou épaisses	Insérez une tranche à la fois, en position verticale, dans la grande goulotte.