

Power To Unlock The Nutrition From Foods!



 **Vitamix**®

Creating Healthy Lifestyles for over 90 years!



3/2
6/2

產品歷史



Pre-war
(1937 - 1948)



Papa Barnard
(1940 - 1950)



Mark 20
(1950 - 1965)



Kitchen Centre
(1968 - 1995)



Vitamix 3600
(1970's - 1995)

創出健康飲食生活方式逾
90年！

在1920年代初期，Vitamix的創辦者Mr. W. G. Barnard是一位無師自通、專注於推銷最新及最先進家庭用品的銷售員。及至1937年，他引進一部全新的產品 - 攪拌器，這就是第一代的Vitamix。

1949年，Vitamix用了一種新媒體 - 電視 - 來展示最新改良的Vitamix的強大馬力及功能。這是歷史上首個電視直銷廣告，亦因此而使Vitamix成為家喻戶曉的名字。

Vitamix Corporation現在是由Barnard家族的第三代和第四代經營。由第一代Vitamix至2009年的Vitamix TNC5200，Vitamix革命性地改變了一般攪拌器所能做到的功能。Vitamix Corporation憑著精密的研發及測試，不斷改良產品，精益求精，而Vitamix團隊亦專注研究其產品的表現和耐用性，使顧客相信這得過250項專利的機器是名不虛傳，亦令Vitamix成為最好的領導品牌。

現在Vitamix的銷售網遍及全世界超過45個國家，很多醫生及營養師均大力推薦Vitamix給他們的客人。

產品介紹

Vitamix TNC—您真正的「完全食物」工具！

Vitamix Corporation是首創全球第一部攪拌機的公司。經過90多年的不斷專注研發及創新，VitamixTNC - 這部獨特的「完全食物」工具- 已擁有超過250項專利。它強力及達商用級數的馬達，配以精密設計的不鏽鋼刀片，能打碎食物細胞，把食物的營養釋放出來，使身體更容易吸收。

Vitamix TNC改變了我們的飲食習慣、方法及觀念，成就出今天的新飲食理念，例如「全營飲食」、「生機飲食」等等。

正如市面流行的一個說法一樣：「完全食品應該是您的良藥，而您的良藥應該是完全食品」，因此您應該選用Vitamix TNC為您們健康飲食計劃的基礎，開始您健康新一頁！

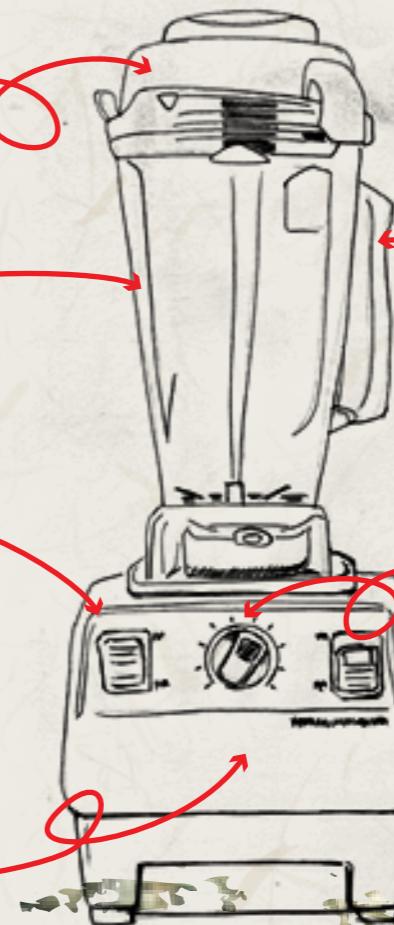
Vitamix TNC就是這樣
與眾不同！

防漏蓋子連可移除的
蓋塞

可容納足2公升
(64盎司)份量的容杯

高速調較，
可輕鬆處理堅實材料
及多種材料食譜。

2匹強力馬達，
能推動刀片轉動
至高達240mph



人體工學軟膠防滑杯把及
柔觸式操作開關，操作更輕鬆
順手

調速操作，無論將食材切碎、
磨碎、攪碎等，都可以用1個
容杯處理



Vitamix TNC 和 Vitamix Super TNC 的不同



Vitamix TNC 包括：

- ✓ 機座連2匹馬達
- ✓ 濕杯(2公升)
- ✓ 攪拌棒
- ✓ 「亞洲風味天然食品食譜大全」烹飪書
- ✓ 操作手冊
- ✓ 「Quickstart」操作光碟

Vitamix Super TNC 包括：

- ✓ 機座連2匹馬達
- ✓ 濕杯(2公升)
- ✓ 乾杯(0.9公升)
- ✓ 攪拌棒
- ✓ 「亞洲風味天然食品食譜大全」烹飪書
- ✓ 「Whole Grains」烹飪書
- ✓ 操作手冊
- ✓ 「Quickstart」操作光碟

保養及清潔您的Vitamix TNC

我們在這裡會詳細介紹您的Vitamix TNC的結構及為您提供保養及清潔的方法。

我們在這裡會詳細介紹您的

Vitamix TNC的保養及清潔

「完全食品應該是您的良藥，而您的良藥應該是完全食品。」

植化素是大自然賦予植物特有的物質，在水果、蔬菜、穀物及豆類中均能找到，而這物質令植物有治療、預防疾病及促進健康的功效。大自然所創造的「完全食物」包括皮、肉及籽，都包含準確份量及比例的維生素、礦物質、纖維素和植化素。所以任何破壞這平衡的食物處理方法例如榨汁、削去皮或籽及其他精製處理，都會削弱完全食物的修復滋養功能。

有些植化素能抗炎、抗細菌、抗病毒，甚至有抗骨質疏鬆的作用；植化素亦有消除自由基的作用，阻止它們破壞DNA。美國農業部的Dr. James Duke 說得好：「1克的預防性植化素，比1噸的治療性藥物優勝得多。」，因為現今很多處方藥物都是從實驗室仿製植化素製造出來的。

食用「完全食物」可令您健康長壽，因為其植化素對人體有莫大的益處，例如有助降低膽固醇、幫助肝臟排毒、舒緩痛楚、維持呼吸道及支氣管道暢通等。

吃「完全食物」吧：讓精神煥發、身體健壯！



一般而言，健康的身體每一分鐘就要進行成千上萬個生理心理的化學反應，而這些反應往往最歡迎「完全食物」。吃著「完全食物」時，您必定能感受到身體正享受著這些豐富的營養！

您所吃的堆成了這麼一個您！健康，一念之差
——且看以下肥胖營食人和健康蔬果人之間的分別！



能達到持久減肥成效的6個簡易步驟

節食減肥其實會令您的脂肪細胞更易積聚脂肪，硬要脂肪細胞「捱餓」，反會令這些細胞加強其吸收、儲存及製造脂肪的能力。一遇到肌餓的情況，脂肪細胞就會盡力留著已儲存的脂肪，並會在節食過後更努力地吸收新的脂肪。例如，如果您避免吃早餐，您的胃就會發出訊號，通知您的身體它正在捱餓，您的身體因此就會立刻重新儲備脂肪作將來之用。

節食減肥限制營養的吸收，影響新陳代謝的正常操作

當您以吸收極低量的卡路里作為減肥方法時，您其實正在將您身體極需要的養料奪去，這會在您的體內引發出一個極複雜的連鎖反應，最終會令您的新陳代謝機能減慢燃燒卡路里。當您重新正常飲食時，您的新陳代謝機能將會需要一段時間才可回復正常，同時間，您的體重會開始增加，而增加的幅度可能跟您原先減去的體重一樣或更多。

VITAMIX纖體方案

定時進食正餐及高纖維的健康小吃是Vitamix生活模式的一部分。

如果您現在沒有吃早餐的習慣，那您最好明天就開始每天吃早餐！早餐能給您提供所需的營養，為您腦部充電，令您早上的表現更加出色。選擇Vitamix自家泡製的完全營養麥飽或完全蔬果汁作為您的早餐，您的早餐就會變得又美味、又有營養了！「完全食物」充滿著能抑制食欲的纖維素，令您一方面有飽的感覺，一方面又能令您減輕體重。其主要原因是那些食物纖維素能將您身體的脂肪轉化成Glycogen，而Glycogen會發出訊息，令您不會感覺到肌餓。此外，Glycogen還有一個優點，就是它不但可以令您減少進食，更可以增加燃燒您體內脂肪的速度。

1



VITAMIX纖體方案

Vitamix的生活模式包含了美味健康的食品，為您的身體提供所需營養，令您的身體時常都處於最佳狀態。您的Vitamix均附有一本「亞洲風味天然食品食譜大全」，裡面包括了多款精心泡製的美味食譜。用Vitamix製造的完全食物提供了最大量的營養及能幫助您的新陳代謝機能維持於一個穩定的水平，這些營養能幫助身體抵抗感染、增強記憶、減低中風的機會及減輕體重，因此您應該現在就開始Vitamix的生活模式。

2

能達到持久減肥成效的6個簡易步驟

大部份的節食減肥方式均需將您的飲食習慣作太多的改變

行為學學家相信，人的腦袋是需要30至40日才可掌握及適應一個新的習慣。新的飲食方式，除了要您學習多種規則及記錄各種飲食圖表的結果外，更要您同時改變您的飲食模式。若同一時間要作那麼多種的改變不單令您的腦袋負荷過多，更會令您的減肥計劃註定失敗。



VITAMIX纖體方案

Vitamix生活模式能幫助您逐步培養新的健康飲食習慣及令這種習慣終生不變。首先，您只需要將您現有的飲食習慣作一種或兩種改變，最容易的開始方法就是以美味的Vitamix完全蔬果汁為早餐，或以之代替高澱粉質的小吃。當您習慣了這個改變後，您的腦袋便有足夠的空間去作其他您認為可以長期維持的生活改變了！

3

4

VITAMIX纖體方案

Vitamix的生活模式以您喜愛的食物，加以美味及有益健康的變化，完全滿足了您味蕾的需要。

Vitamix的「亞州風味天然食品食譜大全」包括教您製作完全蔬果碎冰、美味湯、醬料及令人難以抗拒的低脂冰凍美食的食譜。而您的Vitamix Super TNC則額外附有一本「完全穀類飲食指南」，裡面包括可令您能盡情享受完全穀類美味的煮食方法。Vitamix完全食品餐為您提供了大量可以令您達致減肥目標的美味、低脂及低糖食物，令您可以完全享受整個減肥的過程。

能達到持久減肥成效的6個簡易步驟

節食減肥的高昂費用很多時令人卻步

很多市面流行的減肥餐單都包括了很多您可以及不可以吃的東西，而有些食物根本可以在普通超級市場找到，所以，您一方面要為減肥而付上費用，另一方面又要以高價購買多種被標榜為「神奇子彈」，可以令您加速減肥的特別食物，但很多時候，那些「子彈」都是無效的。

希望能即時減輕體重是不設實際的想法

當您看不到預期的效果時，您就很容易感到氣餒而放棄。當您的方法只是為求達到目標，而不是用有效的策略掛鈎時，您的推動力就很容易消失。

VITAMIX纖體方案

Vitamix生活模式並沒有包括甚麼特別食物、複雜的方程式及圖表，您所需的只是幾分鐘的時間及新鮮的完全水果、穀類及蔬菜。

新鮮及完全食物的「魔力」在於能令您吃您所想的食物，而又可幫您減輕體重。當您吃高卡路里、高脂的食物時，您通常都會想吃完再吃，因為脂肪並不能令我們感到飽。但是完全食物就不同，因為它帶有大量纖維素，可以令我們覺得已經吃飽而不需要再在短時間內進食，這就是Vitamix生活模式美妙之處了！

5

6

VITAMIX纖體方案

Vitamix生活模式幫助您定立可行的目標，例如將一種有益美味的食品代替一種「禁制」食物。

當您將您健康的生活模式變成您每日的規律時，您就可以見到逐步而又明顯的成果。轉而奉行Vitamix生活模式必定能帶來正面的效果，因為當您增加吸收完全食物及減低吸取脂肪及糖份時，您的體力及免疫系統亦會同時增強，以及您可以覺得舒服合適的步伐來減輕體重。最好的是，您新的Vitamix生活模式會成功地幫助您減輕體重及達到持久的成效。

嬰兒健康第一步！

「BB」的健康永遠是父母優先的考慮，而各位準媽媽在懷孕時更要愛惜自己，注意飲食，吃出一副健康身體，給尚未出生的BB最好的祝福 – 讓健康伴隨他一生。

無論您是BB的什麼人，圍在他身邊，看著他健康快樂地成長是大家最大的盼望，而給他最好的營養是願望成真的不二法門。而您的Vitamix TNC能幫上一個大忙！因為使用Vitamix TNC，您將能為您的BB帶來生命裡兩份最美好的禮物 – 健康及美食。

當您用Vitamix TNC準備嬰兒食品時，您會清楚知道放進去的材料是什麼，避免加入嬰兒不應吃的東西，例如防腐劑、添加劑及過多的鹽和糖！

 Vitamix嬰兒食品





食譜

完全鮮果雪冰

材料

紅提子，連核	1/2杯(120毫升)
草莓	1/2杯(120毫升)
新鮮菠蘿，去皮	1片(1吋厚)
橙，去皮	1個
香蕉，去皮	1條
蘋果	1/4個
蜜糖或其他糖類(可隨意選用)	1湯匙
冰塊	1杯(240毫升)



做法

- 將軟身的水果先放在容杯內，再放入硬身的水果、蜜糖及冰塊，然後將蓋緊鎖。
- 先選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#1，開動機器及盡快將SPEED DIAL調較至 #10，再調至HIGH。
- 讓機器運行30至60秒即可。

完全營養豆漿

材料

黃豆	1杯(240毫升)
(黃豆必須要先浸6小時或以上， 然後再將之蒸至少30分鐘或以上才可用。)	
糖類(可隨意選用)	1/3杯(80毫升)
薑(可隨意選用)	1片

水 3杯(720毫升)



做法

- 將所有材料放入容杯內，然後將蓋緊鎖。
- 先選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#1，開動機器及盡快將SPEED DIAL調較至#10，再調至HIGH。
- 讓機器運行5分鐘即可。

西蘭花芝士忌廉濃湯

材料

西蘭花，焯熟	1杯(240毫升)
車打芝士	70毫克
牛奶	1杯(240毫升)
暖水	1/4杯(60毫升)
馬鈴薯	1/2杯(120毫升)



做法

- 將暖水、1/2份西蘭花、車打芝士及1/4個馬鈴薯放入容杯內，然後將蓋緊鎖。
- 先選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#1，開動機器及盡快將SPEED DIAL調較至 #10，再調至HIGH。
- 讓機器運行1分鐘後，將速度調較至VARIABLE及將SPEED DIAL調較至#1，將牛奶、1/2份西蘭花及1/4份馬鈴薯加入容杯，將食物攪成粗粒便可。



西蘭花芝士忌廉濃湯

材料

全粒小麥	1 3/4杯(180毫升)
活性乾酵母	2 1/4茶匙(12毫升)
暖水	1 1/4杯(300毫升)
鹽 (可隨意選用)	1茶匙(5毫升)
蜜糖 (可隨意選用)	1湯匙(15毫升)
橄欖油 (可隨意選用)	1湯匙(15毫升)
檸檬汁 (可隨意選用)	1茶匙(5毫升)



做法

- 塗少量植物油或其他油類在麵包盆上，另將焗爐預先弄熱至180°C。
- 將小麥放在「乾杯」內，將蓋緊鎖。選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#1，開動機器及盡快將SPEED DIAL轉至#10，再調至HIGH。將小麥磨1 1/2分鐘後關掉機器，讓小麥粉冷卻數分鐘。
- 選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#5。開啟機器，將容杯內的麥粉攪至中心形成一個洞即可。
- 將乾酵母、鹽、油及1杯暖水放在麥粉中心的洞，然後將蓋鎖緊。
- 揉粉團的「二重步驟」：
 - i. 將機器較至HIGH，快速將機器連續開關5次。
 - ii. 將蓋拿開，用膠抹刀將黏在容杯上的粉刮乾淨。將粉團推離杯邊至杯中心。
- 重複以上「二重步驟」7至8次，或直至粉團變成柔軟及具彈性為止。
- 要拿出粉團，先要加入1/4杯水，將機器連續開關5次以推起粉團及將粉團推離刀片，然後將容杯在焗盆上倒轉，讓粉團掉進焗盆。最後用濕了水的膠抹刀將餘下的粉團從容杯內刮出來。
- 用濕了水（或油）的膠抹刀將粉團弄成所需形狀，讓粉團發酵升高30分鐘。然後將粉團以180°C焗1小時，或直至你能夠將一枝牙簽插入粉團而牙簽不沾上粉團為止。

菠蘿沙冰

材料

新鮮菠蘿，去皮	3片(1寸厚)
糖類	1/3杯(80毫升)
水	2湯匙(30毫升)
冰塊	1/2杯(120毫升)

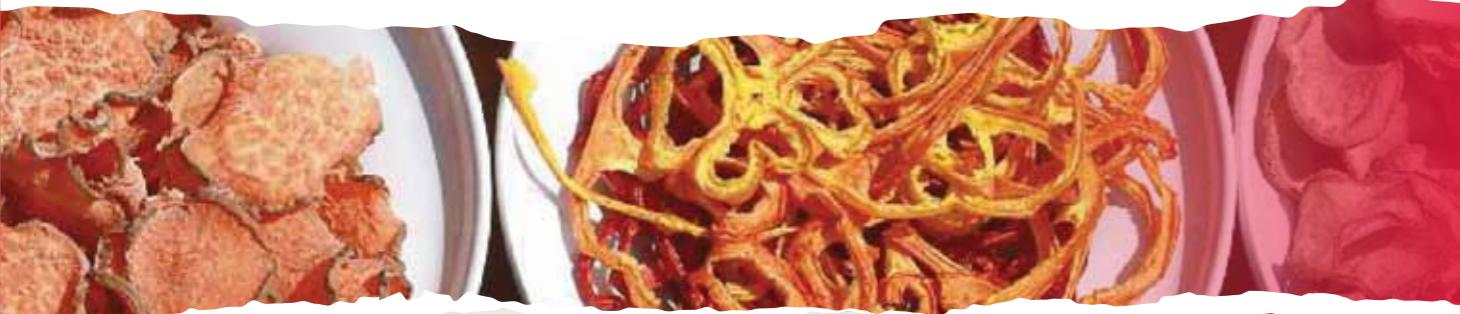


做法

- 將兩片菠蘿先放入容杯內，再放入糖類及冰塊，然後將蓋緊鎖。
- 先選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#1，開動機器及盡快將SPEED DIAL調較至#10，再調至HIGH。
- 在機器運行期間，用攪拌棒將材料推至刀片中。
- 讓機器運行30至60秒或待材料攪至混合及結冰即可，然後倒在杯內。
- 將1片菠蘿及水放入容杯內，然後將蓋緊鎖。
- 先選擇VARIABLE操作模式及將SPEED DIAL調較至#1，開動機器及盡快將SPEED DIAL調較至#10，再調至HIGH，讓機器運行至菠蘿攪成菠蘿醬即可。
- 最後將材料倒在沙冰上即可。



其他產品



Excalibur 食物風乾機

「生機食物」概念

「生機食物是指以有機種植、自然生長，而沒經過烹煮的食品。生機食物可提供人體充滿生命力及容易消化的營養，以增強身體免疫系統。而沒經過烹煮的種子、穀物、堅果、水果和蔬菜，便是生機食物，這些食物都可為我們無論在身體上、精神上和情緒上重建健康生活。」撰自The Ann Wigmore Foundation.

生機食物比烹煮過的食物更容易被人體消化，原因是它包含活性酵素，幫助我們體內的消化酵素，將食物分解成易吸收的蛋白質。

當酵素處於濕的狀態時，極容易受高溫破壞。但是，利用風乾機脫水處理，卻能用比烹飪及烘焙低的溫度將食物裏的水份蒸發。當食物越乾的時候，它裏面的酵素就會變得越穩定，並能抵受高達攝氏**46**度的溫度。而一台質素好的食物風乾機更可令你用低至能保存酵素完好無缺的溫度風乾食物。



Excalibur® 食物風乾機

Excalibur® — 健康生活必需的頂級風乾機！

Excalibur®食物風乾機是利用超過35年的食物風乾機科技鑽研而成的優質產品，亦是注重健康飲食人仕的首選。Excalibur採用的獨家科技 - Parallelxx™平衡橫向氣流風乾系統及Hyperwave™浮動式恆溫器，令Excalibur比市面一般風乾機更勝一籌。

7 Excalibur 食物風乾機單張



常見問題

有關 Vitamix TNC

問：Vitamix TNC是否一部攪拌機？

答：當然不是！Vitamix TNC專利設計的容杯及堅硬的不鏽鋼刀片，再加上一個強力的摩打，能夠發揮獨有功能，這並非一般家庭電器可以比擬。如欲多了解Vitamix TNC的專利科技，請到網頁上「產品介紹」一欄查閱。

問：Vitamix TNC 是否一部搾汁機？

答：絕對不是！搾汁機只是將果汁從蔬果中搾出來，餘下來的果肉、果皮及果核全都被扔掉，但是Vitamix TNC則可將整個蔬果做出「完全蔬果汁」，它包含了果汁及您通常食蔬果時也會吃掉的營養纖維素。

問：為甚麼Vitamix TNC的價格那麼昂貴呢？

答：當您細心計算它所能發揮的多種獨特功能後，您就不會覺得Vitamix TNC的價格高昂了。您不要將Vitamix TNC跟普通的攪拌機比較，因為您的Vitamix TNC的保用期是7年；另外它最與眾不同的地方是在於它能夠做很多其他單一電器不能做的工作，例如調製冰凍美食、煮湯、用整個水果及蔬果來做蔬果汁、磨五穀、甚至揉粉團，它更可以幫您用多於30種不同的方法來準備您的健康完全食品餐。所以，Vitamix TNC絕對是您對健康的一個物有所值的投資。

問：我聽說用Vitamix TNC會替我節省金錢，但那似乎是有點言過其實。可否證明一下？

答：用Vitamix TNC真的可以幫您節省金錢，因為Vitamix TNC可以幫您將買蔬果的一分一毫完全用盡，一點也不會浪費，因為您所買的蔬果的皮、核及其他可食用的部份全用來做飲品及食物。您會發現Vitamix TNC做出來的完全食物餐成本，比市面上的包裝食品還要便宜，而且更可幫您省卻買維他命丸及保健食品的金錢，因為您從用Vitamix TNC所做的蔬果飲品及食品所吸取的植化素，就是最好及可以有效增進健康的維他命及礦物質。當您一開始用Vitamix TNC，您就可以和您的維他命丸及保健食品說再見！

有關您的健康

問：為甚麼您會覺得Vitamix TNC可令家人身體更加健康？

答：若您的家庭跟大多數家庭一樣，您定會覺得每天要用盡方法去預備5至9份的蔬菜是一件頗沉悶的事。但是，只要您開始使用Vitamix TNC，便會發覺它能助您輕鬆煮出美味的完全鮮果雪冰及其他冰凍美食。那時，健康飲食不再是一件苦差了。

問：我曾經聽說Vitamix TNC的完全蔬果汁比咀嚼一個蘋果、一串葡萄或幾條甘筍條更有營養，這怎麼可能呢？

答：這全賴Vitamix TNC精確的科技設計。我們的牙齒根本不足以打破完全食物細胞來釋放出其全部的營養。但是Vitamix TNC以激光塑造的不鏽鋼的刀片，以時速240哩的轉速，就可以打破完全食物的最有營養的部份，例如細胞葡萄、蘋果皮、或草莓的種子，讓您能充份吸收最多的營養。當您咀嚼整個食物時，其力度尚未能打破食物纖維。

問：我的家人不喜歡吃蔬菜，我想你也幫不到我們的。

答：我們當然可以！我們的產品示範人員通常玩一些令人意想不到的小把戲。他們先悄悄地將椰菜、紅蘿蔔或小黃瓜放進我們的完全鮮果雪冰，然後問有沒有人能品嚐出來 -- 沒有人能。您也可以跟家人玩這個小把戲，試以我們的食譜，例如「鮮柑橘蘿蔔雜果汁」，或「蘋果香蕉甘薯凍飲」，用鮮甜美味的蔬果，加以心思，製成令他們喜出望外的愛心飲料！您可以在「Whole Food Recipes for Better Living」內找到這些食譜。

問：我的醫生告訴我，我需要減輕體重。Vitamix TNC可以幫到我嗎？

答：一定可以。體重增加的主要原因是因為進食太多不應該吃的食品，例如那些含有高糖分、脂肪及精製白麵粉等食品。一般來說，這些食品都是缺乏纖維的。如果您留意到市面上包裝食品的食物標籤，你一定會因平時自己的過量進食而大嚇一跳！但有了Vitamix TNC，飲食和體重可重新掌握在您手中，因為Vitamix TNC的完全營養餐能提供身體所需的纖維，令健康飲食更簡易方便。無需加糖或鹽，這完全營養餐也是美味無窮的。

有關Vitamix TNC的使用

問：Vitamix TNC可以焗麵包嗎？

答：絕對不可。Vitamix TNC只可以為您揉好麵團，將您所選用的殼子打成麵粉只需5分鐘。用Vitamix TNC將材料混和做成麵糰後，您可將麵糰倒入焗盆內進行發酵，再放進您的焗爐作烘焙。

問：若我需使用Vitamix TNC製作果汁，需加水份嗎？

答：需要。除水以外，冰也是另一選擇，或您可同時加水和冰。

問：我可隨意放不同蔬果進Vitamix TNC嗎？

答：當然可以！但有時有些蔬果的配搭不一定美味。因此，我們建議您可先嘗較少的份量，避免因蔬果組合的味道奇怪而造成浪費。

完