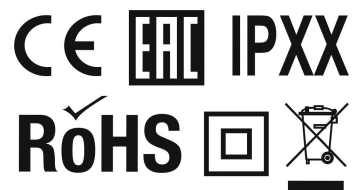


Производитель: SHUNDE TEXTILES IMPORT AND EXPORT COMPANY OF GUANGDONG  
Адрес производителя: NO. 2 CHUANGYE ROAD, RONGGUI, SHUNDE,  
FOSHAN, GUANGDONG, КИТАЙ  
Импортёр: ООО "Сакура Электроникс Групп"  
Юридический адрес: 630501, Российская Федерация, Новосибирская область,  
Краснообск, 221. Тел./Факс: +7 (383) 210-54-30

[www.sakura-dt.com](http://www.sakura-dt.com)



## РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ Проращиватель электрический SA-6620G



15 Вт, 220-240 В, ~50 Гц

Автоматическое орошение семян  
(в течение 1 мин. каждые 60 мин.)

Переключатель ВКЛ./ВЫКЛ.

2 пластиковых емкости  
для проращивания семян

Объем резервуара для воды:  
макс. 1,6 л

Световой индикатор работы

Благодарим Вас за выбор торговой марки SAKURA. Надеемся, что приобретенный Вами проращиватель станет незаменимым помощником на кухне. Чтобы он прослужил Вам долго, пожалуйста, перед первым использованием внимательно ознакомьтесь с Руководством по эксплуатации.

## ОПИСАНИЕ ПРИБОРА



- |                             |                                                              |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 1. Крышка                   | 5. Отверстия в крышке                                        |
| 2. Ороситель                | 6. Колба                                                     |
| 3. Трубка                   | 7. Основание с резервуаром для воды                          |
| 4. Емкость для проращивания | 8. Переключатель "ВКЛ./ВЫКЛ." со световым индикатором работы |

Смешать пшеницу, изюм и воду в миксере, процедить. Полученное молочко хранить в холодильнике. Отжатый жмых использовать в качестве завтрака вместе с йогуртом из семян.

### Мука для салатов, каш и напитков

Из пророщенных зерен можно получить муку и посыпать ею салаты, каши. Для этого пророщенные зерна подсушиваем и размельчаем в миксере. Таким же образом можно приготовить различные напитки с соком, с медом, со сливками (молоко не стоит использовать).

Мука из зерен проросшего и подсушенного ячменя очень полезна при диабете. Рецепт очень прост: три столовых ложки этой муки заливаем литром кипятка и принимаем три раза в день по столовой ложке.

### Кисель из ячменя

Весьма полезен людям с диабетом, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки. Зерна ячменя приготавливаем приведенными выше способами, готовые зерна измельчаем на мясорубке или в кофемолке. Добавляем немного холодной воды, заливаем кипятком и еще пару минут кипятим, Полученную взвесь оставляем на двадцать минут и сцеживаем. Принимать такой кисель нужно свежеприготовленным в течение полумесяца.

Помимо традиционных способов приготовления пророщенного зерна существуют еще реджевелак и спраутс. Первое – это напиток из пророщенных зерен пшеницы, ржи, овса, бобовых и сои с высоким содержанием ферментов, на основе которых готовят супы. Второе – приготовление хлопьев из проросшего зерна.

### Реджевелак

Полстакана тщательно подготовленных зерен пшеницы, бобовых, сои заливаем слабосоленой водой, недолго настаиваем и сливаем воду. Затем промываем зерна под проточной водой и засыпаем в посуду, которую наполняем водой, полностью покрыв зерна. Емкость накрываем тканью, помещаем в темное место и настаиваем полсутки, по истечению которых сливаем воду и зерна оставляем еще на сутки, не промывая их. После появления ростков заливаем шестью стаканами холодной отфильтрованной воды и выдерживаем еще три дня при 18-20 градусах в затемненном месте. Настой готов, у него проявляется приятный запах и слегка кислый оттенок. Воду сливаем в другую посуду и храним в холодильнике. Употреблять реджевелак нужно в теплом виде по два стакана в день или можно приготовить на его основе различные супы без термических обработок.

Вторые блюда с ростками можно готовить на основе различных каш. Ростки зерен добавляем непосредственно в кашу или слегка томим полчаса вместе с кашей или отдельно.

Из пророщенных зерен можно выпекать вкусные лепешки. Столовая ложка зерна замешивается на воде и выпекается на посыпанном мукой противне.

Горох и фасоль замочить в холодной воде на 5–6 часов.

Лук мелко нарезать, спассеровать на масле. Горох, фасоль и лук залить горячей водой и довести до кипения, затем слить воду. Вновь залить кипяченой водой, добавить нарезанное кусочками мясо, пряности и соль, варить до готовности мяса. Мясо вынуть и в бульон добавить тертый картофель и крупу, помешивая, варить до готовности.

В готовое блюдо добавьте пассерованный лук.

Выложите по тарелкам, а в центре сделайте углубление и положите кусочки свинины.

### **Суп из проросшей пшеницы**

400 мл воды, 2 средние головки лука, 2 морковки, несколько картофелин.

Картофель не очищать от кожуры, а тщательно вымыть и мелко нарезать. Измельчить лук и морковь. Все это довести до кипения и отставить на 5-10 минут (нужно помнить о том, что процесс варки разрушает биологически полезные вещества). Вновь поставить кастрюлю на огонь, довести до кипения, снять с огня и положить 2-3 ст. ложки проросшей пшеницы, лавровый лист и другие специи по вкусу (солить нежелательно).

После того как суп постоит 10-15 минут, он готов к употреблению.

### **Гороховый суп**

1 стакан зеленого гороха, 2 стакана воды, сельдерей, зеленый лук, приправы.

Замочить на ночь горох. Утром слить воду и поставить ее в холодильник. Горох оставить для проращивания на сутки. Затем смешать его с водой, в которой замачивался горох, и взбить миксером, добавляя зелень. Есть холодным.

### **Мягкий сыр из семян**

1,5 стакана проростков подсолнечника (однодневных), ½ стакана проростков кунжута (однодневных), 1 стакан реджевелака.

Измельчить проростки и добавить реджевелака, чтобы получилась густая паста. Положить ее в банку, накрыть салфеткой и оставить бродить на 10-12 ч (чем дольше выдержка, тем острее вкус сыра). Когда ферментация закончится, проткнуть сыр вилкой и слить воду, образовавшуюся на дне банки. Такой сыр можно приготовить с проросшим миндалем или фундуком. Сыр нужно держать в холодильнике в закрытой посуде не более 5 дней.

### **Йогурт из семян**

1 стакан проростков подсолнечника (однодневных), ½ стакана проростков кунжута или миндаля (однодневных), 2 стакана реджевелака.

Приготовить однородную смесь из проростков и реджевелака, вылить смесь в стеклянную банку, закрыть салфеткой и оставить на 10-12 ч при комнатной температуре. Перед употреблением йогурт перемешать. Хранить йогурт в холодильнике, но употреблять его в теплом виде, разбавляя подогретым реджевелаком или горячей водой.

### **Пшеничное молочко**

1 стакан проростков пшеницы, 4 стакана профильтрованной воды, ½ стакана замоченного изюма.

## **МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ**

- Перед первоначальным включением проверьте, соответствуют ли технические характеристики изделия, указанные на упаковке, параметрам электросети.
- Используйте прибор только в бытовых целях в соответствии с данной инструкцией по эксплуатации. Не используйте прибор вне помещений.
- Запрещается включать прибор влажными руками.
- Располагайте прибор вертикально на плоской и устойчивой поверхности (на полу, на столе).
- Не ставьте прибор на горячие поверхности, а также вблизи источников тепла.
- Прибор предназначен только для домашнего проращивания семян. В холодное время года в помещениях с сухим воздухом может использоваться в качестве увлажнителя воздуха.
- **ВНИМАНИЕ:** Не наливайте воду выше максимальной отметки. Если резервуар для воды переполнен, то горячая вода может выплеснуться наружу.
- Если Вы налили слишком мало воды или включили пустой прибор, питание отключится автоматически.
- Всегда отключайте устройство от электросети перед очисткой или если Вы его не используете.
- Во избежание поражения электрическим током и возгорания, не погружайте прибор в воду или другие жидкости. Если это произошло, не беритесь за изделие, немедленно отключите его от электросети и обратитесь в сервисный центр для проверки.
- Не используйте прибор с поврежденным шнуром питания и/или вилкой. Не пытайтесь также самостоятельно отремонтировать устройство. При неполадках или для замены принадлежностей обращайтесь в авторизованный сервисный центр.
- Следите, чтобы шнур питания не касался острых кромок и горячих поверхностей.
- Не оставляйте включенный прибор без присмотра!

## **ОПИСАНИЕ ПРИБОРА**

**Проращиватель** – устройство, предназначенное для проращивания семян, таких как бобы, соя, горох, фасоль, арахис, подсолнечник, репа, перец и пр.

Основные характеристики:

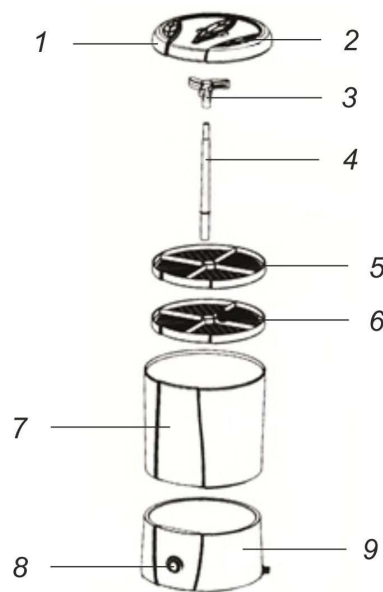
1. Микропроцессор запрограммирован таким образом, чтобы автоматически орошать семена в течение 1 минуты каждые 60 минут.
2. Пластиковый корпус изготовлен из высококачественного пищевого пластика
3. Современная система термоконтроля позволяет выращивать семена в течение 2-3 дней, независимо от климатических условий где бы вы ни находились.
4. Проращиватель потребляет очень мало электроэнергии (около 0,5 кВт/ч), обладает бесшумной помпой.
5. Ростки помещаются на решетке емкостей для проращивания. Для проращивания нужна только вода или очищенная вода, не нужно добавлять

никаких примесей и химикатов. Такая система гарантирует проращивание семян, сохранивших все свои полезные свойства.

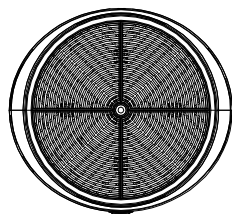
6. Разделение каждой емкости для проращивания на 4 секции позволяет проращивать 4 вида семян одновременно. Можно также закладывать семена в разные секции по очереди и, таким образом, получать готовые ростки каждый день.
7. Рекомендуется менять воду в проращивателе каждые 24 часа.

### Схема прибора

- 1 – крышка прибора  
2 – отверстия в крышке  
3 – ороситель  
4 – трубка  
5,6 – емкость для проращивания семян  
7 – колба  
8 – переключатель “ВКЛ./ВЫКЛ.” со световым индикатором работы  
9 – основание (база) с резервуаром для воды

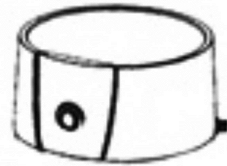


### ПОДГОТОВКА К РАБОТЕ, РАБОТА ПРИБОРА



Перед использованием, соберите прибор следующим образом:  
1. положите по 75гр семян в каждую емкость для проращивания (в каждом из четырех отсеков можно использовать разные виды семян).

*Совет: Семена должны быть свежими, перед проращиванием рекомендуется вымочить семена в емкости для вымачивания (около 8-12 часов), затем просушить и положить в емкость для проращивания.*



2. Налейте чистую воду в резервуар. Следите, чтобы вода не превышала отметки МАХ.

3. Установите колбу. Затем вставьте первую емкость для проращивания с 4 отсеками на место.

Вставьте трубку в пазы, затем установите вторую емкость таким образом, чтобы она встала на высоте примерно посередине колбы. Далее установите на трубку ороситель. Закройте крышку.

заправки.

Крабовое мясо, яйца, сыр и яблоко порезать кубиками. Добавить горошек, пшеницу и заправить майонезом.

### Салат с креветками

250 гр яичной лапши мелкой, 3 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ст. ложка кунжута, 150 г бобовых ростков, 1 авокадо, несколько перышков зеленого лука, 3-4 редиски, 350 г очищенных креветок, 2-3 ст. ложки соевого соуса, 1 ст. ложка хереса либо бальзамического уксуса.

Лапшу залить кипящей водой и оставить на 10 мин. Нагреть масло, обжарить лапшу, предварительно слив воду и обсушив полотенцем, добавить кунжут и бобовые ростки и перемешать и снять с огня.

Отдельно в миске смешать авокадо, лук, кружки редиса и креветки.

Приправить соевым соусом и хересом.

Все перемешать и выложить на тарелку. Этот салат следует подавать теплым.

### Салат свекольный острый

1-2 шт. отварной свеклы (500 г) либо одна сырая 200 г, 3 ст. ложки пророщенной пшеницы, измельченной на блендере, чеснок либо хрен по вкусу, оливковое масло, соевый соус, петрушка.

Натереть свеклу на мелкой терке.

В блендере измельчить проростки пшеницы, хрен или чеснок, оливковое масло и соевый соус. Заправить свеклу, выложить в салатник, украсить рубленой зеленью петрушки.

### Салат зеленый с рукколой

3-4 свежих огурца, красный перец, соль, пучок рукколы, сок лимона, 2-3 ст. ложки измельченной пшеницы (ростков), 3-4 перепелиных яйца.

Огурцы нашинковать крупной соломкой, поперчить красным перцем, посолить морской солью. Из пророщенной пшеницы, оливкового масла и нескольких веточек рукколы, лимонного сока сделать заправку, измельчив на блендере.

Огурцы полить заправкой, посыпать крупно порезанной рукколой. Сверху украсить отварными яйцами.

### Бигус с ростками маша

Свинина 700г, капуста квашеная 700г, лук репчатый 2 головки, яблоко кислое 1 шт., масло раст. 2 ст. л., 100 г пророщенного маша, перец черный молотый, 2 спелых помидора, кориандр, семена укропа по вкусу.

Лук обжарить на масле, добавить свинину и потушить до полуготовности, поперчить и посолить. Капусту отжать от рассола, добавить к свинине и тушить минут 20. Затем добавить маш, яблоки и помидоры, почищенные и порезанные и тушить еще 15 мин. За 5 мин. до готовности приправить кориандром либо семенами укропа.

### Шюпинис

400-500 г мякоти свинины, 2-3 литра воды, 100 г ячневой крупы, 100 г пророщенного гороха, 100 г пророщенной фасоли, 500 г картофеля, 2 головки репчатого лука, 2-3 ст. ложки раст. масла, 1-2 шт. лаврового листа, 1 ч.л. кориандра, перец черный молотый, соль по вкусу.

хлебопекарной муки. Полученную опару поставить в теплое место на 30 минут. Когда опара подойдет, добавить в нее оставшуюся муку, пророщенную пшеницу и воду. Хорошо вымесить тесто и поставить его подходить (до тех пор, пока объем теста не увеличится вдвое). Затем тесто опять вымесить, сформировать из него хлеб и выложить на смазанный маслом и посыпанный мукой противень. Дать сформированному тесту постоять на противне 15-20 минут. Затем поверхность хлеба сбрызнуть водой и сделать на ней надрез в виде креста. Выпекать хлеб в духовке примерно 55-60 минут при температуре 200 градусов.

**Ореховый завтрак**

½ стакана проростков подсолнечника (двухдневных), ½ стакана кедровых орешков или фундука, замоченных в течение 8-10 ч, 2-3 ст. ложки замоченного изюма, 1 стакан яблочного сока (свежеприготовленного), 1 стакан профильтрованной воды. Смешать все компоненты в миксере. Такой завтрак можно приготовить с любыми проростками.

**Цитрусово-миндальный салат**

Очищенный апельсин, половина грейпфрута, ½ стакана апельсинового сока, ½ стакана проростков пшеницы. Перемешать нарезанный апельсин и грейпфрут. Смешать апельсиновый сок и пропущенные через мясорубку проростки пшеницы. Полить салат получившейся массой.

**Проростки со свекольными листьями и огурцами**

4-5 ст. ложек проростков пшеницы, 100 г листьев сахарной или кормовой свеклы, 100 г огурцов, 2-3 стебля зеленого чеснока, 200 г простокваши (сливок, сметаны), 1 ст. ложка меда, зелень укропа. Вымытые свекольные листья нарезать узкими полосками, а огурцы - мелкими кубиками. Добавить мелко нарубленный чеснок и укроп. Залить взбитой простоквашей, смешанной с медом и проростками. Хорошо перемешать и сразу подавать на стол.

**Проростки с фруктами или ягодами**

100 г проростков, 100-150 г нарезанных фруктов или ягод (яблок, груш, слив, черешни, клубники, малины, смородины, брусники и т. п.), 1 ст. ложка меда или подсолнечного масла. Проростки смешать с фруктами или ягодами. Можно добавить мед или подсолнечное масло.

**Салат из тунца**

1 банка консервированного тунца, ½ банки зеленого горошка, 2 отварных яйца, 1 небольшая луковица, 3 столовых ложки пророщенной пшеницы, несколько веточек петрушки. Все ингредиенты смешать и украсить сверху петрушкой.

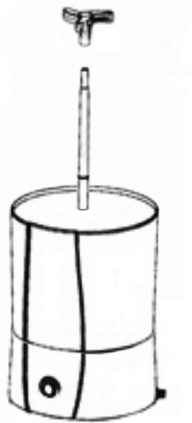
**Салат из мяса краба**

200 гр крабового мяса или крабовых палочек, 2 яйца, ½ банки зеленого горошка, 50 г сыра, 1 зеленое яблоко, 50 г пророщенной пшеницы, 50-70 гр майонеза для

4. Вставьте вилку в розетку и нажмите на кнопку “ВКЛ.” Каждый час в течение 1 минуты ороситель будет вращаться на 360° и орошать семена.

*Совет: меняйте воду в проращивателе один раз в 24 часа (при этом необходимо отключать прибор от сети). Для того, чтобы поменять воду, разберите прибор в обратном порядке.*

Обычно проращивание семян занимает 2-3 дня. Время проращивания зависит от типа семян и от их предрасположенности к свету/тени. Температура воды при орошении контролируется специальным нагревательным элементом.



**УХОД И ХРАНЕНИЕ**

- Выливайте воду из резервуара после каждого использования прибора.
- Используйте отфильтрованную воду вместо воды из-под крана.
- Ни в коем случае не мойте основание (базу) под проточной водой. Протрите снаружи корпус и основание сначала мягкой влажной тканью, а затем вытрите насухо.
- Не применяйте жёсткие щётки, абразивные чистящие вещества, бензин и растворители (ацетон) для очистки прибора.
- Прибор должен храниться в закрытых помещениях в условиях, исключающих возможность воздействия влаги и резких колебаний температуры.

**КОМПЛЕКТАЦИЯ**

1. Основание	1 шт.
2. Прозрачная колба	1 шт.
3. Емкость для проращивания семян	2 шт.
4. Ороситель	1 шт.
5. Крышка	1 шт.
6. Трубка	1 шт.
3. Инструкция по эксплуатации	1 шт.
4. Гарантийный талон	1 шт.

## ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Параметры электросети:	220 – 240 В, 50 Гц
Потребляемая мощность:	15 Вт
Максимальный объём резервуара для воды:	1,6 л
Размеры в упаковке (Д*Ш*В):	260 * 260 * 390 мм

## УСЛОВИЯ ГАРАНТИЙНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

- Гарантийный срок составляет 12 месяцев со дня передачи товара Потребителю.
- Гарантийный ремонт производится в авторизованных сервисных центрах, указанных в гарантийном талоне.
- Условия гарантии не предусматривают периодическое техническое обслуживание, установку и настройку изделия у владельца, а также не распространяется на естественный износ изделия.
- Потребитель обязан соблюдать правила безопасной эксплуатации и хранения.
- В обслуживании и ремонте может быть отказано в следующих случаях:
  - при неправильной установке прибора, требующего специального подключения;
  - при наличии механических повреждений, нарушении сохранности пломб;
  - при признаках самостоятельного ремонта, а также неисправностях, возникших в результате неправильной эксплуатации изделия;
  - при наличии повреждений, вызванных домашними животными, грызунами или бытовыми насекомыми;
  - при попадании внутрь прибора посторонних предметов, веществ, насекомых;
  - при наличии повреждений, вызванных стихийными бедствиями (молния, пожар, наводнение и т.п.) или действиями посторонних лиц;
  - при наличии повреждений, вызванных подключением прибора к электросетям с параметрами, не соответствующими техническим данным прибора;
  - при повышенном износе деталей в результате использования изделия в коммерческих целях.
- Гарантия не распространяется на расходные материалы, аксессуары (упаковку, чехлы, шланги, насадки, пылесборники, батарейки, ножи, фильтры, пульты ДУ, аккумуляторы, колбы, тарелки, трубки).



Производитель оставляет за собой право изменения комплектации и внешнего вида товара без предварительного уведомления Покупателя.

**Срок службы прибора: 5 лет.**

## РЕЦЕПТЫ

### Завтрак «Орехово-медовый» из пророщенной пшеницы

2-3 ст. л. пророщенной пшеницы, 1 ч. л. меда, 1 ст. л. измельченных грецких орехов. Пророщенную пшеницу хорошо промыть и измельчить в блендере или мясорубке. Размельченную пшеничную массу тщательно перемешать с медом и слегка обжаренными грецкими орехами.

### Завтрак из пророщенной пшеницы «Витаминный»

Смешать 1 стакан зерен пророщенной пшеницы, ½ стакана пророщенной ржи, ½ стакана проростков кунжута, 1 банан, 1 стакан предварительно замоченных кедровых орехов - и вкусный, полезный завтрак готов.

### Завтрак из пророщенной пшеницы «Сливовый»

Замочить на ночь 8 шт. чернослива. Утром смешать измельченные сливы с 3 стаканами измельченных в блендере (или мясорубке) пророщенных зерен пшеницы и половиной среднего тертого яблока. Полученную массу немного разбавить водой, в которой вымачивались сливы.

### Завтрак из проростков пшеницы с сухофруктами

Замочить 50 г сухофруктов (изюм, инжир, яблоки, груши). Затем измельчить их в мясорубке (или блендере) и смешать с 100 г пшеничных проростков.

### Завтрак из пророщенной пшеницы с кунжутом

2 ч. ложки измельченных семян кунжута смешать с ½ стак. пророщенных зерен пшеницы и все тщательно перемешать с медом.

### Каша из пророщенной пшеницы с курагой

1 стакан молока (2,5% жирности), 0,5-0,3 стакана зерен пророщенной пшеницы, 5 шт. кураги или 2 ст. ложки изюма, 1 ч. ложка сливочного масла, сахар и соль – по вкусу.

Промытую пророщенную пшеницу измельчить в мясорубке (или блендере) и залить горячим молоком. Добавить в полученную массу сахар, соль, изюм или мелко нарезанную курагу. Все перемешать и варить на слабом огне, непрерывно помешивая, около 12-15 минут. В готовую пшеничную кашу можно добавить сливочное масло.

### Каша из пшеничных проростков с фруктами

Слегка подсушенную пшеницу и рожь измельчить в кофемолке, а затем всыпать в только что вскипевшее молоко и размешать. Добавить в полученную массу также 2 измельченных финика, 2 измельченных плода инжира и 1/3 стакана изюма.

### Хлеб диетический с пророщенной пшеницей

Для приготовления требуется: 0,5 кг муки пшеничной хлебопекарной, 150 г пророщенной пшеницы, 125 мл воды, 1 пакетик сухих дрожжей (11 г), 0,5 ст. ложки соли, 2 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки меда.

Промыть и просушить пророщенную пшеницу. Дрожжи развести в 75 мл теплой воды, добавить соль, растительное масло, мед и тщательно размешать с 250 г просеянной