



Start Here





*Welcome to a new world of delicious,
easy-to-make, whole-food recipes.*

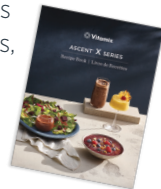
JOIN OUR COMMUNITY

Follow us on social media for blending tips and recipe inspiration, and share your own creations with **#myvitamix**.

ASCENT® X SERIES DIGITAL RECIPE BOOK

Download this recipe book to access 33 recipes across 11 different categories, including Smoothies, Hot Soups, Nut Butters, Cocktails, Frozen Desserts, and more.

SCAN TO DOWNLOAD



01

PUT IT TOGETHER

Remove the motor base, container, and tamper holder from the box. Set the container on top of the motor base and the lid on the container. Attach the tamper holder to the motor base. Your blender is now assembled.

02

FIND A HOME

Find a place for the blender to live on your counter, near an outlet.

03

WASH UP

Fill the container halfway with warm water, add a drop of dish soap, and secure the lid. Run the Self-Cleaning program, then rinse out the container.

04

DESIGN A SMOOTHIE

For your first recipe, we recommend a quick smoothie. Try using ingredients you already have on hand by following the guide in this booklet.

05

LOAD INGREDIENTS

Add ingredients in the order shown on the next page for the fastest, smoothest blend.

06

BLEND IT

If your blender has a Smoothie program, run it until complete. If not, select Variable Speed 1. Start the machine, slowly increase to its highest speed, and blend for 45 - 55 seconds.

Congratulations, you've completed your first blend!

07

TASTE YOUR CREATION

Pretty great, right?

08

LET US KNOW

We hope you enjoyed your first blend. If you have questions, we'd like to help.

Visit **Vitamix.com** or reach out on social media with **#myvitamix**. If you still have questions, call us at **800.848.2649** or email **service@vitamix.com**.

CREATE YOUR OWN SMOOTHIE

01.

CHOOSE 1
LIQUID:

- 1 cup non-dairy milk
- 1 cup yogurt
- 1 cup fruit juice
- 1 cup water

02.

CHOOSE 2 FRUITS
+ VEGETABLES:

- 1 apple
- 1 cup strawberries
- 1 cup blueberries
- 1 cup grapes
- 1 orange, peeled
- 1 cup melon, peeled
- 1 cup pineapple
- 1 banana, peeled
- 1 carrot
- 1 cup peaches
- 1 cup mango, peeled
- ½ cup papaya, peeled
- 2 stalks celery
- ½ cup cucumber

03.

CHOOSE 1 GREEN:
(optional)

- 2 cups spinach
- 1 cup kale
- ½ head of romaine or 1 romaine heart
- ¾ cup raw broccoli
- 1 small head of Bibb or Boston lettuce

Ready for More?

Scan the code to find essential blending tips, new recipes, product registration, and much more.



Load Up:

During your first few uses, you may notice a slight burning odor as the motor is primed. This is completely normal and will dissipate quickly.

LOAD YOUR CONTAINER IN THIS ORDER:

01

LIQUIDS
(water, juice, yogurt)

02

DRY GOODS
(grains, seasonings, powders)

03

LEAFY GREENS

04

FRUITS + VEGGIES

05

ICE + FROZEN
INGREDIENTS



* If you prefer a cooler, thicker smoothie, add ½ cup of ice cubes.



WE'RE HERE FOR YOU

We love connecting with you and sharing tips, tricks, and help along the way. Join us on social media and share your favorite blends using **#myvitamix**.

Questions? Visit **Vitamix.com** or give us a call at **1-800-Vitamix**.



Commencez ici





*Bienvenue dans un nouveau monde de recettes
délicieuses, faciles à réaliser et à base d'aliments complets.*

JOIGNEZ-VOUS À LA COMMUNAUTÉ

Suivez-nous sur les médias sociaux pour des conseils de mélange
et de l'inspiration pour des recettes, et partagez vos propres
créations avec **#myvitamix**.

LIVRE DE RECETTES NUMÉRIQUE ASCENT® X SERIES

Téléchargez ce livre de recettes pour accéder à 33 recettes dans
11 catégories différentes, dont les smoothies, les soupes
chaudes, beurres de noix, les cocktails, les desserts
glacés et bien plus encore.

NUMÉRISEZ POUR TÉLÉCHARGER



01

ASSEMBLEZ-LE

Retirez le socle-moteur, le récipient et le support à pilon de la boîte. Installez le récipient sur le socle-moteur et le couvercle sur le récipient. Fixez le support à pilon au socle-moteur. Votre mélangeur est maintenant assemblé.

02

RANGEZ-LE

Trouvez un endroit où le mélangeur pourra loger sur votre comptoir, près d'une prise de courant.

03

FAITES LA VAISSELLE

Remplissez la moitié du récipient d'eau tiède, ajouter une goutte de savon à vaisselle et fermer le couvercle. Exécutez le programme d'auto-nettoyage, puis rincer le récipient.

04

CRÉEZ UN SMOOTHIE

Pour votre première recette, nous recommandons un smoothie rapide. Essayez d'utiliser des ingrédients que vous avez déjà sous la main en suivant le guide de ce livret.

05

REMP LISSEZ LE RÉC IPIENT

Ajoutez les ingrédients dans l'ordre indiqué sur la page suivante pour obtenir rapidement un mélange lisse.

06

MÉLANGEZ-LE

Si votre mélangeur a un programme Smoothie, exécutez-le jusqu'à ce qu'il soit terminé. Si ce n'est pas le cas, sélectionnez Vitesse variable 1. Démarrez la machine, augmentez lentement à sa vitesse la plus élevée et mélangez pendant 45 à 55 secondes.

Félicitations, vous avez terminé votre premier mélange!

07

DÉGUSTEZ VOTRE CRÉATION

Plutôt génial, non?

08

FAITES-VOUS ENTENDRE

Nous espérons que vous avez apprécié votre premier mélange. Si vous avez des questions, nous sommes à votre disposition.

Visitez **Vitamix.com** ou contactez-nous sur les réseaux sociaux avec **#myvitamix**. Si vous avez encore des questions, appelez-nous au **800.848.2649** ou envoyez un e-mail à **service@vitamix.com**.

CRÉEZ VOTRE PROPRE SMOOTHIE

01.

CHOISISSEZ UN LIQUIDE :

1 tasse de lait non laitier

1 tasse de yogourt

240 ml (1 tasse) de jus de fruit

240 ml (1 tasse) d'eau

02.

CHOISISSEZ 2 FRUITS + LÉGUMES :

1 pomme

152 g (1 tasse) de fraises

148 g (1 tasse) de bleuets

168 g (1 tasse) de raisins

1 orange, pelée

177 g (1 tasse) de melon, pelé

165 g (1 tasse) d'ananas

1 banane, pelée

1 carotte

154 g (1 tasse) de pêches

165 g (1 tasse) de mangue

70 g (½ tasse) de papaye, pelée

2 branches de céleri

52 g (½ tasse) de concombre

03.

CHOISISSEZ UN LÉGUME VERT : *(facultatif)*

60 g (2 tasses) d'épinards

67 g (1 tasse) de chou frisé

½ tête de romaine ou 1 cœur de romaine

¾ tasse de brocoli cru

1 petite tête de laitue Bibb ou Boston

Prêt pour la suite?

Numérisez le code pour trouver des conseils essentiels sur les mélanges, de nouvelles recettes, l'enregistrement des produits et bien plus encore.



Remplissage du récipient :

Au cours de vos premières utilisations, vous remarquerez peut-être une légère odeur de brûlé à l'amorçage du moteur. Cette réaction est tout à fait normale et l'odeur se dissipera rapidement.

CHARGEZ VOTRE RÉCIPIENT DANS CET ORDRE :

01

LIQUIDES

(eau, jus, yogourt)

02

ALIMENTS SECS

(grains, assaisonnements, poudres)

03

LÉGUMES-FEUILLES

04

FRUITS + LÉGUMES

05

GLACE ET INGRÉDIENTS SURGELÉS



* Si vous préférez un smoothie plus frais et plus épais, ajoutez ½ tasse de glaçons.



NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS

Nous aimons communiquer avec vous et partager des conseils, des astuces et de l'aide en cours de route. Rejoignez-nous sur les réseaux sociaux et partagez vos mélanges préférés avec **#myvitamix**.

Des questions? Visitez **Vitamix.com** ou appelez-nous au **1-800-Vitamix**.

