Scris de Administrator
Luni, 12 Septembrie 2011

Cum alegem un storcator de fructe - vegetale - verdeturi?

A alege un storcator e ca si cum ai alege o unealta. Daca vrei sa bati un cui, alegi un ciocan. Daca vrei sa insurubezi un surub iti alegi o surubelnita.
Alegerea unui storcator e similara. Trebuie ca storcatorul ales sa fie potrivit pentru ce anume doresti sa faci cu el. Exista mai multe tipuri de storcatoare disponibile pe piata in acest moment. Unele sunt mai potrivite pentru a obtine suc din anumite vegetale sau fructe decat altele.
Nu exista un storcator perfect care sa stoarca orice leguma, fructa sau verdeata cu aceeasi eficienta si calitate. Inainte de a cumpara un storcator, evaluati necesitatile dumneavoastra.

Acest articol este bazat pe experienta noastra personala. Daca aveti intrebari, va rog sa le transmiteti la office@quark.com.ro .

Inainte de a cumpara un storcator ganditi-va ce calitati ale acestuia sunt importante pentru dumneavoastra cand faceti suc. De exemplu:

Usurinta in curatare / spalare.	Cat este de usor de curatat?
Nivelul de zgomot	Cat este de zgomotos?
Viteza de extragere a sucului	Cat de repede (in cat timp) se storc fructele /vegetalele?
Garantie	Cata garantie are aparatul? Tipuri de produse ce pot fi stoarse Ce fructe, ve
Functionalitate extinsa	Poate fi folosit si in alte scopuri?
Calitatea sucului	Sucul obtinut este sanatos? Este un suc viu?
Fiabilitate	Are piese "consumabile"? Cat de repede se poate defecta?

Unul din motivele pentru care un storcator nu poate fi perfect este acela ca **soiurile de fructe si vegetale au proprietati foarte diferite**
.
O metoda de stoarcere care este eficienta pentru un anumit fruct sau leguma poate sa fie mai putin eficient pentru altele
.
Fructele
au celule cu pereti mai moi si de aceea necesita o metoda de extractie mai blanda. Merele, perele, pepenele verde, pepenele galben (cantalup), ananasul sunt fructe care se pot stoarce cu sau fara coaja.

Citricele, cum ar fi portocalele, grapefruitul si mandarinele, au o coaja amaruie, iar sucul obtinut din fructul intreg ar fi prea amar pentru a fi baut. De asemenea coaja contine anumite substante

nesanatoase si indigeste. O solutie este sa razuiti coaja exterioara, cea colorata. La portocale este bine sa pastrati coaja alba (cea de sub stratul portocaliu) deoarece contine nutrienti pretiosi .

Este recomandat sa cumparati oricand este posibil **vegetale si fructe organice**, crescute fara ingrasaminte, insecticide sau ierbicide si nemodificate genetic
, mai ales atunci cand le stoarceti fara sa le decojiti.

Pe de alta parte **vegetalele** au fibre si celule cu pereti mai duri care necesita o metoda de stoarcere mecanica mai agresiva decat in cazul fructelor. Datorita continutului scazut de acizi este recomandat ca sucul de vegetale sa fie consumat in maxim 15 minute de la prepararea lui, deoarece s-a demonstrat ca dupa 30 de minute de la obtinere activitatea enzimelor dintr-un suc este redusa la jumatate fata de cea din sucul proaspat
.

Daca doriti sa pastrati sucul de vegetale o perioada mai indelungata adaugati sucul de la o lamaie la un litru de suc de vegetale sau fructe
.
Sucul de lamaie
contine
vitamina C (acid ascorbic) care actioneaza ca antioxidant
.
Spre deosebire de acidul ascorbic din sucurile imbuteliate, care este de sinteza
,
sucul de lamaie este 100% natural
.

Cand sucul de mere sau morcovi devine maro inseamna ca s-a oxidat.

Sucurile imbuteliate vandute in magazine **nu oxideaza niciodata**. Aceasta deoarece sucul a fost **tratat termic (prin pasteurizare)** pentru a distruge microorganismele
.
**Cu ocazia pasteurizarii se distrug
toate enzimele si majoritatea vitaminelor naturale**
. Si tocmai
enzimele
sunt motivul cheie pentru care sucul obtinut cu storcatorul dumneavoastra este atat de sanatos
.

Un storcator difera de un blender prin faptul ca storcatorul separa sucul de pulpa in timp ce blenderul nu face acest lucru .

Exista mai multe metode de extragere a sucului dar aici va vom prezenta numai patru din cele

mai folosite tipuri de storcatoare.

Storcatoare de citrice



Descriere:

Aparatul este compus dintr-un con prevazut cu nervuri, invartit cu ajutorul unui motor electric. Citricele taiate jumatati sunt presate manual pe acest con. Prin rotirea conului, nervurile zdrobesc pulpa citricelor eliberand sucul. Acest suc este colectat intr-un vas (prevazut eventual cu o sita pentru oprirea samburilor si a pulpei) situat sub con, vas prevazut cu un mic jgheab de scurgere a sucului in pahar.

Avantaje:

- Pretul foarte redus al aparatului.

Dezavantaje:

- Stoarce numai citrice.
- Relativ fragil.

Recomandari:

- Bautorii de suc exclusiv de citrice.
- Persoane cu buget redus.

Storcatoare centrifugale

Scris de Administrator
Luni, 12 Septembrie 2011



un sto[illegible] beneficii le poate oferi

Storcatoare cu un ax canelat (ax cu o spira), in doua sau trei trepte



Descriere:

Marci cunoscute: Oscar VitalMax, Samson GB-9001, Champion.

Se mai numesc si storcatoare prin masticare. Prin masticare se intelege mestecarea, zdrobirea si maruntirea pulpei. Un ax canelat ascutit inspre varf se invarte in interiorul unui tub prevazut la un capat cu o sita in partea inferioara. Acest ax marunteste vegetalele si fructele zdrobindu-le de tubul exterior apoi stoarce pulpa presand-o de tub, obtinand astfel sucul
. Functioneaza la viteze mici de rotatie.

Avantaje:

- Produce un suc de calitate superioara, vitezele mici de rotatie mentinand enzimele si vitaminele intacte.
- Sucul are un nivel nutritiv mai ridicat, este mai concentrat.
- Sucul incorporeaza foarte putin oxigen, rezultand astfel o oxidare mult mai redusa fata de cel obtinut pe cale centrifugala.
- Produce o cantitate mai mare de suc in comparatie cu storcatoarele centrifugale.
- Produce suc cu putina spuma sau deloc.
- Stoarce zarzavaturi si verdeturi (de exemplu din frunze de telina, marar, patrunjel, varza etc.).
- Nu are componente care se uzeaza rapid.
- Zgomot redus - poate fi folosit oricand fara a deranja pe nimeni.
- Usor de curatat si spalat.
- Are mai multe functionalitati - poate fi folosit si ca masina de tocat sau de macinat, poate fi folosit pentru prepararea piureurilor din fructe sau vegetale pentru copii mici, pentru obtinerea de sosuri si de sorbetului [1] din fructe.

Dezavantaje:

- Viteza redusa de extragere a sucului - sucul se obtine un pic mai incet decat cu un storcator centrifugal.
- Tub de alimentare de dimensiuni mai mici - este necesara taierea vegetalelor si fructelor in bucati.
- Obtinerea sucului de mere poate fi un pic mai dificila daca nu se folosesc mere proaspete, mai crocante, mai tari si in amestec cu morcovi.
- Nu stoarce ierburi (iarba vere de grau, de orz etc.).

Recomandari:

- Pentru cei care doresc sa urmeze cure de detoxifiere bazate pe sucuri naturale.
- Bautorii de suc care doresc un suc sanatos, plin de enzime si vitamine, un suc viu.
- Cei pentru care conteaza mai mult calitatea sucului si nu viteza de obtinere.
- Pentru a fi folosit si in scop comercial redus, in baruri sau restaurante cu cereri mici de suc.

[1]Sorbet - un desert rece produs dintr-un amestec de apa, lapte sau smantana indulcite, cu piure din fructe congelate, ciocolata, vin si/sau lichior

Storcatoare cu doua axe canelate



Descriere:

Marci cunoscute: Green Power, Samson, Hippocrates.

Produc sucul de cea mai buna calitate, suc ce poate fi comparat cu cel obtinut prin presa

re in prese hidraulice

. Au doua axe melcate care preseaza practic pulpa intre ele extragand sucul. Axele se invart cu o viteza de rotatie mica de aprox. 90 - 110 rpm (rotatii pe minut).
Bucatile de fructe, vegetale sunt impinse in tubul de alimentare. in prima etapa axele sfasie, razuie pulpa si apoi o stoarce
. Pulpa uscata iese prin partea frontala a aparatului.
Acest tip de storcator stoarce cel mai bine verdeturile, zarzavaturile
si vegetalele deoarece se bazeaza pe peretii fibrosi ai celulelor pentru a impinge pulpa prin el
. Mai mult, acest storcator stoarce si iarba de grau, orz sau secara. Acest tip de storcator necesita o oarecare forta pentru a impinge vegetalele in tubul de alimentare.

Avantaje:

- Produce un suc de calitate superioara, vitezele mici de rotatie mentinand enzimele si vitaminele intacte
- Sucul are un nivel nutritiv mai ridicat
- Sucul NU contine chimicale sau metale grele
- Sucul incorporeaza foarte putin oxigen, rezultand astfel o oxidare mult mai redusa fata de cel obtinut pe cale centrifugala
- Produce cea mai mare cantitate de suc in comparatie cu celelalte storcatoare
- Produce suc cu foarte putina spuma sau deloc
- Stoarce zarzavaturi si verdeturi (de exemplu din frunze de telina, marar, patrunjel, varza etc.), inclusiv iarba de grau, orz sau secara.
- Nu are componente care se uzeaza
- Zgomot redus - poate fi folosit oricand fara a deranja pe nimeni
- Mai usor de curatat si spalat
- Are mai multe functionalitati - poate fi folosit si ca masina de tocat sau de macinat, poate fi folosit pentru prepararea piureurilor din fructe sau vegetale pentru copii mici, pentru obtinerea de sosuri si de sorbetului din fructe. Cu ajutorul optionalelor poate produce paste, taietei si must.

Dezavantaje:

- Viteza redusa de extragere a sucului - sucul se obtine un pic mai incet decat cu un storcator centrifugal
- Necesita o apasare mai puternica a fructelor in tubul de alimentare
- Tub de alimentare de dimensiuni mai mici - este necesara taierea vegetalelor si fructelor in bucati
- Obtinerea sucului de mere poate fi un pic mai dificila daca nu se folosesc mere proaspete, mai crocante, mai tari si in amestec cu morcovi.
- Necesita o forta mai mare de apasare a vegetalelor in tubul de alimentare.
- Pretul relativ ridicat.

Recomandari:

- Pentru cei care doresc un nou stil de viata, bazat pe sucuri naturale si o dieta sanatoasa.
- Pentru cei care doresc sa urmeze cure de detoxifiere bazate pe sucuri naturale
- Bautorii de suc care doresc un suc de cea mai buna calitate, sanatos, plin de enzime si vitamine, **un suc viu**
- Cei pentru care conteaza cel mai mult calitatea sucului si nu viteza de obtinere.
- Pentru fi folosit si in scop comercial, in baruri sau restaurante

Criterii de alegere a storcatoarelor

Tehnologie

De citrice

Centrifugal

Cu un ax canelat

Cu doua axe canelate

Usurinta in curatare

Usor

Dificil	
Usor	
Usor	
Nivelul de zgomot	
Mic	
Ridicat	2
Foarte mic	
Foarte mic	
Viteza de extragere a sucului	
Medie	
Mare	
Medie	

Medie	
Forta necesara pentru a impinge vegetalele	
Medie	
Mica	
Medie	
Mare	
Garantie	3
2 - 3 ani	
2 - 3 ani	
5 ani	
5 ani	

Pret

Scazut

Scazut

Mediu

Ridicat

Eficienta stoarcerii:

- Citrice

Buna

Buna

Buna

Foarte buna

- Fructe tari

Nu stoarce

Da

Da

Foarte buna

- Fructe moi

Nu stoarce

Buna

Buna

Buna (creste in amestec cu legumele sau fructele tari)

- Vegetale tari

[redacted]

[redacted]funda sita

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]

[redacted]lele sau fructele tari)

[redacted]

[redacted]

Nu stoarce

Buna

Foarte buna

- larba de grau, secara, orz etc.

Nu stoarce

Nu stoarce

Nu stoarce

Foarte buna

Alte functiuni

Nu are

Nu are

Da: toaca, marunteste, macina, pr	Da: toaca, marunteste, macina, pr	pentru prelucrarea fructelor si vege
Calitatea sucului		
Buna		
Slaba, fara calitati nutritive		
Buna, suc plin de enzime si vitamine		
Cel mai bun suc. Suc viu, plin de enzime si vitamine		
Fiabilitate		
Medie		
Mica		
Mare		
Mare		

O prezentare detaliata a storcatoarelor cu doua axe canelate gasiti la http://www.quark.com.ro/pdf/Storcatoare_cu_doua_axe_canelate_4a.pdf

[2] Cu mici exceptii, nivelul de zgomot produs de majoritatea storcatoarelor centrifugale este foarte ridicat. De obicei, cu cat viteza de rotatie este mai mare, cu atat zgomotul produs este mai mare.
[3] In functie de producator / importator

Sursa:
- Quark.com.ro/pdf/Cum_alegem_un_storcator.pdf

- Quark.com.ro

Nota: Multi oameni, dar si doctori, nutritionisti confunda vegetalele (parti dintr-o palnta alimentara in general: frunze, tulpina, radacina) cu
legumele
care din punct de vedere botanic sunt
leguminoasele
(boabe: fasole, mazare, linte, naut, etc.).
Ca urmare in acest articol s-a inlocuit cuvantul leguma/legume cu vegetala/vegetale.

Informatii utile:
- Storcatoare de fructe, vegetale, verdeturi se gasesc si la: BeOrganic.ro (distribuitorul produselor de la Quark)

- PRODUSELE COSMETICE UZUALE contin substante EXTREM DE TOXICE! - Vezi INGREDIENTELE NESANATOASE din aceste cosmetice si produse de ingrijire, si BOLILE

DECLANSATE DE ACESTEA. - Alternativele la cosmeticele uzuale sunt produsele Bio sau Organice, Ecologice

- Moda crestina - RUSINEA FEMEILOR DIN ZIUA DE AZI (machiaj, pantaloni, decolteuri, fuste si rochii provocatoare, etc.) SI VINOVATII LOR! - Femeile care se imbraca in, poarta haine barbatesti sunt URACIUNE in fata lui Dumnezeu. - TRUP FRUMOS SI SUFLET MORT.

- Femeia crestina si femeia moderna - Unde este FEMEIA CRESTINA de candva? - Ce e cu tine FEMEIE CRESTINA? - Si despre IMBRACAMINTE, INCALTAMINTE, PODOABE, BIJUTERII, PLAJA, VOPSIT, MACHIAJ SI PRIVIRE intr-o CULTURA A CURVIEI, a desfranarii, desfraului, etc

- CAND LIBERTATEA SEXUALA DOMINA, SANATATEA SEXUALA ARE DE SUFERIT - Despre Bolile cu Transmitere Sexuala si sexul vaginal, oral, anal, protectia prezervativelor,etc. Fetelor nu li se spune ca sunt biologic mai vulnerabile decat baietii. Dr. Miriam Grossman

- Relatiile dinaintea casatoriei. SI DESPRE FETELE PROVOCATOARE, IMBRACAMINTEA MODERNA SI PARTENERUL IDEAL, CAPCANELE CASATORIILOR DE PROBA, "lacrimile femeii". De ce e pacat CONCUBINAJUL si DE CE SUFERA FETELE? Pandemia curviei: LUMEA CA URIAS ABATOR UMAN

- Sarutul inainte de casatorie. DE CE SARUTUL DINAINTEA CASATORIEI ESTE PACAT? INOCENTA PIERDUTA A SARUTULUI. Cum se saruta. Sarutul nu e pacat, ci act liturgic, act de iubire in si cu Dumnezeu. Sarutul fara de pacat. PETTINGUL, SARUTUL SI APARENTA FECIORIE

- MERSUL LA PLAJA (la mare, piscina, bazin, strand, etc.) SI CRESTINII - De ce NU ESTE CRESTINESTE SA MERGI LA PLAJA in slip si sutien, costum de baie (in chiloti, bikini, tanga, etc.)? DE CE ESTE PACAT, NECUVIINCIOS SA MERGEM LA PLAJA? - Crestinul si plaja

- ATACUL IUBITORILOR DE MORALITATE PUBLICA din Suceava IMPOTRIVA PORNOGRAFIEI STRADALE: Dorim sa ne bucuram de inocenta copilariei noastre, drept dat de Dumnezeu. - RECLAMELE IN SLIP SI SUTIEN, COSTUM DE BAIE, DISTRUSE PENTRU CA SUNT PORNOGRAFIE STRADALA

- Pornografia maladia secolului XXI - Virgiliu Gheorghe - Editura Prodromos, Asociatia pentru apararea familiei si copilului - 2011 (prima editie) (carte - descarcare GRATUITA **-** PDF)

- Indrumarul medical si crestin despre viata al Federatiei Organizatiilor Ortodoxe Pro-Vita din Romania - Dr. Christa Todea-Gross, Preot prof. dr. Ilie Moldovan - Editura Renasterea - 2008 (prima editie) (carte - descarcare GRATUITA **-** PDF)

- SA TRAIM SANATOS FARA TOXINE. GHID FUNDAMENTAL. ALIMENTE SI PLANTE NATURALE PENTRU REGENERAREA CELULARA COMPLETA - Dr. Robert Morse - Editura Paralela 45 -2005 (prima ed) The Detox Miracle Sourcebook: Raw Food and Herbs for Complete Cellular Regeneration (carte - descarcare GRATUITA **-** PDF)