Published on *Melano.hu* (https://www.melano.hu)



# A smoothie története

Létrehozás: 10/05/2019 - 07:23
Szerző: Melano
[1]
Az általános meghatározás szerint a smoothie olyan gyümölcs, vagy zöldség koktél, amelyet víz, jég, vagy tej hozzáadásával készítenek turmixgépben, vagy kifejezetten smoothie készítésre fejlesztett nutri mixerben.

Gyakran más tejtermékeket, így kefírt, vagy joghurtot adnak hozzá, édesítésére pedig édesítőszereket, vagy mézet használnak. *„A turmixgépek és a hűtő feltalálása előtt alapvetően a nyers gyümölcsitalokat nevezték smoothie-nak. A turmixgépek megjelenésének köszönhetően viszont már könnyebben el lehetett ezeket az italokat készíteni”* – hívta fel a figyelmet Lucza András, a Sencor termékmenedzsere.

Az első smoothie megalkotása az amerikai Mabel Stegner nevéhez fűződik, aki 1940. június 23-án határozta meg pontosan a tökéletes smoothie állagát. A férfi a turmixgépeket fejlesztő és gyártó Waring Corporation-nak dolgozott és rövid idő alatt szenvedélyévé vált e különleges, ízletes ital elkészítése. Mabel kis idő elteltével kiadott egy receptkönyvet „Recepies to make you Warning – Go Round” címmel, amely 12 tejes smoothie receptet tartalmazott. A férfi itt nem állt meg és 1952-ben újabb, immáron turmixgépekben elkészíthető recepteket tartalmazó könyvet adott ki. Az Electric blender recepies című könyvét mai napig meg lehet vásárolni az Amazon.com-on.

*„A tápláló és finom italok hamar kedvező fogadtatásra találtak az amerikaiak körében”* – tette hozzá a szakember. A ’60-as évek végére a turmixgépek népszerűségének növekedésével a smoothie is egyre divatosabb lett. A ’90-es években és a kétezres évek elején már a népszerű kávéházláncokban is lehetett kapni különféle smoothie-kat. *„Az egészséges változatok azonban Steve Kuhnau nevéhez fűződnek, aki saját magán kísérletezte ki a legfinomabb, korántsem hízlaló italokat. Smoothie King néven saját üzletet nyitott és 30 év alatt jelentős üzletlánccá fejlesztette vállalkozását, amely nemcsak az USÁ-ban, hanem Dél-Korában is jelen van”* – emelte ki Lucza András.

Az egészséges smoothie-k egyik legnagyobb hívője az egykori testépítő és színész, Arnold Schwarzenegger volt, aki „nutritious” vagyis tápláló smoothie-kkal töltötte fel magát energiával (innen ered a nutri mixer elnevezés). A smoothie-k ma az egész világon nagy népszerűségnek örvendenek, hazánkban pedig körülbelül 5-6 éve számít divatosnak az ilyen italok elkészítése. A smoothie-k előnye, hogy gyorsan elkészíthetők, továbbá a felhasznált gyümölcsök és zöldségek tökéletesen megőrzik a bennük lévő értékes tápanyagokat, vitaminokat és rostokat. A smoothie-k népszerűségét felismerve ma már több gyártó is kínál kifejezetten smoothie készítésére alkalmas gépeket és a jobb változatokkal akár diókat és magvakat is darálhatunk.

**Tags:**
smoothie [2]
Magyarország [3]
sencor [4]
**Színes:**
Ízek [5]

---

**Forrás webcím:** https://www.melano.hu/a_smoothie_tortenete

**Hivatkozások**
[1] https://www.melano.hu/sites/default/files/articles/epres_smoothie.jpg
[2] https://www.melano.hu/tags/smoothie
[3] https://www.melano.hu/tags/magyarorszag
[4] https://www.melano.hu/tags/sencor
[5] https://www.melano.hu/szines/izek