

## Un magicien dans la cuisine !

- Une cuisine au four à micro-ondes savoureuse en un temps record
- Poignée amovible pour un rangement compact



Livret "Pichets Microplus 1 l et 1.5 l"  
Collection 1000&1 astuces en vente  
dans votre Catalogue Tupperware  
(p.81) en vigueur sur les Semaines  
40 à 43 / 2012.

Pichet Microplus 1.5 l (O150) 55 € **49 €**

### Tajine d'agneau aux petits légumes

Préparation : 30 mn

Cuisson : 1 h 30, Th 6 ou 180°C

Ingrédients pour 6 à 8 personnes :

1 kg épaule d'agneau, 2 bulbes de fenouils (± 200 g), 100 g de petits navets, 800 g de petites carottes, 4 gousses d'ail, 200 g d'oignons, ½ bouquet de coriandre, ½ bouquet de persil, 15 ml de cumin moulu, 15 ml de paprika, 1 dose de safran, 1 bâton de cannelle, sel et poivre, 30 ml d'huile d'olive, 150 ml d'eau, 1 brin de thym, 1 feuille de laurier

Epluchez les carottes et les navets, lavez les fenouils.

Dans l'**Ultra Pro 5 l**, déposez la viande coupée en morceaux à l'aide des Ciseaux ergonomiques ainsi que les légumes épluchés et coupés en morceaux.

Dans le **Quick Chef 3**, déposez l'oignon et l'ail épluchés, le persil et la coriandre sans leur tige et hachez l'ensemble.

Retirez les 3 Lames du Quick Chef 3, ajoutez toutes les épices, l'huile d'olive et l'eau ; mélangez bien à l'aide de la **Spatule silicone**.

Versez la préparation sur la viande et les légumes, ajoutez le thym et le laurier et faites cuire 1 h 30 dans le four préchauffé, Th 6 ou 180°C.

Servez bien chaud.

Les indispensables :

Quick Chef 3 (p.34) \*

Ciseaux ergonomiques (p.37) \*



\* A découvrir dans votre Catalogue Tupperware  
en vigueur sur les Semaines 40 à 43 / 2012.

## La maîtrise de la chaleur !

- Du réfrigérateur à la table en passant par le four à micro-ondes
- Vos plats à température pendant 1 heure 30

NOUVEAU COLORIS



Iso Duo micro-ondes 3.5 l  
+ Cuiller  
+ Couvercle de conservation  
(O151) **40 €**

Iso Duo micro-ondes 2.5 l + Cuiller + Couvercle de conservation  
(O152) **35 €**



Saucière Iso Duo  
micro-ondes 400 ml + Cuiller  
(O153) **20 €**



**-20 €**

## La cuisson zen !

- Une cuisine simple, rapide, propre et sans surveillance
- Ultra léger (860 g)
- Multi-usages : congélateur, réfrigérateur, four traditionnel, four à micro-ondes
- Prix imbattable

Ultra Pro 5 l + Fiche recettes (O149) 119 € **99 €**