

ULTRA PRO 3,3L/5,7L



Tupperware®

ULTRA PRO 3,3L/5,7L

des capacités généreuses pour vos repas familiaux !



Base 3,3l : un plat parfait pour les lasagnes, les farcis, les poissons entiers, de belles pièces de viande...



Base 5,7l : une cocotte familiale de grande capacité. Idéale pour cuire un repas complet : viande ou poisson et son accompagnement de légumes ou de féculents.



Couvercle 3,3l/5,7l : d'une capacité de 1,2 l, il est identique pour les 2 Bases. Il conserve tout le moelleux des aliments pendant la cuisson. Retourné, il devient le plat idéal pour cuire pizza, fars, clafoutis, brownies...

Des points de fixation (ergots) sur la Base pour poser le Couvercle en toute sécurité.

Un bec verseur spécialement dessiné à l'angle.



De larges poignées pour une manipulation en toute sécurité avec des maniques.

Des ouvertures sur les côtés pour réguler l'évaporation pendant la cuisson.



SnapPress

Téléchargez l'appli gratuite SnapPress et découvrez les Ultra Pro en vidéo !



Pour augmenter la capacité de cuisson, les Bases s'emboîtent parfaitement bien l'une sur l'autre. Idéale pour votre dinde.

Une cuisine à la carte

- En cuisson simple dans le four traditionnel, avec ou sans Couvercle.
- En cuisson étagée : 2 recettes peuvent cuire simultanément, une dans le Couvercle retourné, l'autre dans la Base.
- En cuisson inversée : le Couvercle sert de base et la Base de couvercle.
- En cuisson douce, façon bain-marie : le Couvercle, placé à l'envers sur la Base, est rempli d'eau chaude pendant la cuisson au four.

Performant

Un matériau unique qui permet de dorer les aliments, **sans le grill**, même à couvert.

Utilisations multiples

Un matériau qui convient pour une utilisation au four traditionnel (max. 250°C), une conservation au réfrigérateur ou au congélateur (-25°C).

Important : référez-vous à la notice d'utilisation complète du Produit avant utilisation.

Conseils d'utilisation

Attendez la fin du préchauffage avant d'enfourner l'Ultra Pro. Dans certains fours, tous les éléments chauffants, dont le grill, sont utilisés pour atteindre la température voulue. Cela risquerait d'endommager irrémédiablement votre Ultra Pro. Laissez un espace de 5 cm entre les parois du four et le Produit. Évitez que les os ne touchent le Produit.

Les temps de cuisson indiqués dans les recettes peuvent varier en fonction du modèle du four.



LASAGNES AUX ÉPINARDS



15 mn



± 15 mn
à 600 watts



± 30 mn
Th 6/7 ou 200°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 1 gousse d'ail
- 25 ml d'huile d'olive
- 800 g d'épinards (conserve)
- 350 ml de béchamel
- 250 g de ricotta
- Sel et poivre
- Noix de muscade râpée
- 16 feuilles de lasagnes
- 100 g de parmesan râpé

PRÉPARATION

1. Mélangez la gousse d'ail épluchée et pressée (**Presse-ail malin**) et l'huile d'olive. Ajoutez les épinards égouttés et faites cuire environ 10 mn à 600 watts (**MicroCook rond 2,25 l**) en mélangeant à mi-cuisson. Égouttez-les.

2. Chauffez la béchamel environ 5 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**). Ajoutez la ricotta, le sel, le poivre, la noix de muscade et mélangez bien (**Fouet mélangeur**).

3. Montez les lasagnes dans l'**Ultra Pro 3,3 l**, en alternant des couches de béchamel, feuilles de lasagnes et épinards. Finissez par une couche de feuilles de lasagnes recouverte de béchamel et de parmesan râpé.

4. Faites cuire couvert environ 30 mn dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 6/7 ou 200°C. Découvrez 10 mn avant la fin de la cuisson pour faire gratiner le parmesan.

Béchamel

Faites fondre 25 g de beurre environ 15 s à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**). Ajoutez 25 g de farine, du sel, du poivre, de la muscade râpée et mélangez. Incorporez peu à peu 350 ml de lait à température ambiante, en mélangeant. Faites cuire couvert, environ 4 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson. Mélangez et laissez reposer 5 mn. Si la béchamel n'est pas assez épaisse, refaites-la chauffer par séquence de 1 mn à 600 watts..

Astuce : vous pouvez remplacer les épinards en conserve par des épinards surgelés. Faites-les cuire (MicroCook rond 2,25 l) environ 14 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson puis égouttez-les.

CROUSTILLANT POIREAUX SAUMON



20 mn



± 26 mn
à 600 watts



± 30 mn
Th 7 ou 210°C



5 mn

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 1,5 kg de blancs de poireaux
- 200 ml d'eau
- 3 échalotes
- 3 gousses d'ail
- Sel et poivre
- 1 kg de saumon frais (sans peau, ni arête)
- 30 ml d'huile d'olive
- 80 g de parmesan râpé
- 80 g de farine
- 80 g de chapelure
- 100 g de beurre

PRÉPARATION

1. Émincez les blancs de poireaux lavés et égouttés. Faites suer la moitié avec 100 ml d'eau, environ 13 mn à 600 watts (**MicroCook rond 2,25 l**).
2. Hachez les échalotes et les gousses d'ail épluchées (**Extra Chef**) et mettez-les dans l'**Ultra Pro 3,3 l** puis ajoutez les poireaux bien égouttés. Salez, poivrez et recouvrez avec le saumon coupé en morceaux.
3. Faites suer le reste de poireau émincé avec l'eau restante, environ 13 mn à 600 watts. Égouttez-les et répartissez-les sur le saumon dans l'**Ultra Pro**. Salez, poivrez et arrosez avec l'huile d'olive.
4. Mixez (**Extra Chef propre**) le parmesan, la farine, la chapelure et le beurre coupé en morceaux pour obtenir une préparation sableuse.
5. Saupoudrez le crumble dans l'**Ultra Pro** et faites cuire découvert, environ 30 mn dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 7 ou 210°C. Laissez reposer 5 mn avant de servir.



POIVRONS À LA GRECQUE



30 mn



±1h
Th 7/8 ou 220°C



INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 10 poivrons (± 170g chacun)
- 600g de tomates
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 5 brins du persil
- 400g de feta
- 100g d'olives noires dénoyautées
- 150g de chapelure
- Sel et poivre
- 30 ml d'huile d'olive

PRÉPARATION

1. Lavez les poivrons, coupez le chapeau de 8 poivrons et réservez-les. Épépinez-les et mettez-les dans l'**Ultra Pro 3,3l**.
2. Épluchez les tomates (**Éplucheur 2 en 1 Click Série**), coupez-les en 2 et épépinez-les (**Évideur Click Série**).
3. Coupez en cubes (**Coup' AdaptaChef 10mm**) les tomates et les 2 poivrons restants épluchés et épépinés.
4. Épluchez l'oignon, l'ail, coupez-les en morceaux et mixez-les avec le persil effeuillé (**TurboMAX**).
5. Mélangez dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25l**) les cubes de tomates, de poivrons, la feta coupée en cubes, les olives émincées, le mélange mixé, la chapelure, le sel et le poivre.
6. Remplissez les poivrons avec cette préparation et fermez-les avec un chapeau.
7. Versez un filet d'huile d'olive sur les poivrons, salez et poivrez. Faites cuire couvert, environ 1h dans le four préchauffé, Th 7/8 ou 220°C.

Astuce : vous pouvez utiliser l'**Ultra Pro 5,7l** pour des poivrons plus volumineux. Adaptez la quantité d'ingrédients et le temps de cuisson.

GIGOT RÔTI ET GRENAILLES



15 mn



± 1 h
Th 7/8 ou 220°C



± 15 mn



INGRÉDIENTS POUR 10 PERSONNES

- 1 kg de petites pommes de terre (grenailles)
- 15 ml de thym frais ou sec
- 6 gousses d'ail
- 50 ml d'huile
- 1 gigot d'agneau (± 3 kg)
- Sel et poivre

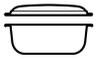
PRÉPARATION

1. Lavez bien les pommes de terre et mettez-les dans l'**Ultra Pro 5,7L**. Saupoudrez la moitié du thym, ajoutez les gousses d'ail non épluchées, versez un peu d'huile et mélangez (**Cuiller à mélange**).
2. Posez le gigot d'agneau sur les pommes de terre et assaisonnez-le avec le sel, le poivre et le reste d'huile et de thym. Faites cuire couvert, environ 1 h dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 7/8 ou 220°C.
3. Laissez-le reposer couvert hors du four environ 15 mn avant de le déguster.

Conseil : afin d'éviter que l'agneau ne touche les parois intérieures de l'Ultra Pro, demandez à votre boucher de couper l'os (raccourcir le gigot).
Comptez environ 20 mn de cuisson par kilo d'agneau. Ce temps varie en fonction de la forme de l'agneau et de vos goûts.



CANARD À L'ORANGE



15 mn



± 1 h 20
Th 6/7 ou 200°C



± 5 mn
à 600 watts

INGRÉDIENTS POUR 6 À 8 PERSONNES

- 1 oignon
- 1 carotte
- 1 bouquet garni
- Sel et poivre
- 1 beau canard prêt à cuire (± 2,5 kg)
- 15 ml de vinaigre
- 45 ml de miel
- 2 oranges à jus non traitées

PRÉPARATION

1. Épluchez l'oignon, la carotte et coupez-les en morceaux. Mettez-les dans l'**Ultra Pro 5,7L** avec le bouquet garni.
2. Salez et poivrez l'intérieur du canard, et posez-le sur les légumes dans l'**Ultra Pro**. Faites cuire couvert, environ 1 h dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 6/7 ou 200°C.
3. Chauffez (**Pichet MicroCook 1l**) environ 5 mn à 600 watts, le vinaigre, le miel, les zestes et le jus des oranges (**Set-en-1**).
4. Arrosez le canard avec cette préparation et finissez la cuisson à découvert, environ 20 mn en arrosant de temps en temps.
5. Servez le canard coupé avec la sauce filtrée (**Chinois**) et des pâtes fraîches.



COUSCOUS



30 mn



± 1 h 45
Th 7 ou 210°C



± 10 mn
à 600 watts



5 mn

INGRÉDIENTS POUR 10 PERSONNES

- 1 citron bio
- 2 oignons (± 300 g)
- 4 carottes (± 500 g)
- 2 poivrons rouges (± 400 g)
- 1,3 kg de cuisses de poulet coupées en 2
- 1 kg d'épaule d'agneau coupée en 2 morceaux
- 1 bâton de cannelle
- 5 ml de cumin en poudre
- 5 ml de curcuma
- 25 ml de ras-el-hanout
- 50 ml d'huile d'olive
- 1,5 l de bouillon de volaille chaud
- 4 petites courgettes (± 600 g)
- 200 g de pois chiche en boîte

Semoule

- 500 ml d'eau
- 500 ml de graines de couscous moyennes (± 400 g)
- Sel et poivre
- 50 ml d'huile d'olive

PRÉPARATION

1. Coupez le citron en 6. Épluchez les oignons et les carottes. Épépinez les poivrons et coupez-les en gros cubes ainsi que les oignons. Coupez les carottes en tronçons.
2. Dans l'**Ultra Pro 5,7L**, déposez les viandes, ajoutez le citron et les légumes préparés (sauf les courgettes), les épices, l'huile, mélangez (**Cuiller à mélange**) et versez le bouillon de volaille chaud.
3. Faites cuire couvert, environ 1 h 15 dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 7 ou 210°C. Mélangez, ajoutez les courgettes éboulées et coupées en rondelles épaisses et les pois chiches (rincés et égouttés). Poursuivez la cuisson à couvert environ 30 mn, dans le four.
4. Faites chauffer l'eau environ 10 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1L**). Versez l'eau chaude sur la semoule dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25L**), fermez et laissez la semoule gonfler 5 mn. Salez, poivrez, versez l'huile d'olive et mélangez bien pour égrainer la semoule.
5. Servez la viande, les légumes et la semoule.

Variante : pour un couscous royal, ajoutez 5 merguez en même temps que les courgettes

POULET RÔTI PAIN D'ÉPICES ET CHÂTAIGNES



15 mn



± 1 h 45
Th 6/7 ou 200°C



15 mn

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 2 gousses d'ail
- 2 branches de thym frais
- 200 g de pain d'épices
- 350 g de châtaignes cuites
- 200 g de chair à saucisse
- Sel et poivre
- 2 petits poulets (± 1,6 kg chacun ou 1 gros d'environ 3 kg)
- Pique-olives
- ± 45 ml d'Armagnac (ou Cognac)
- 50 g de beurre

PRÉPARATION

1. Dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25 l**), pressez les gousses d'ail épluchées (**Presse-ail malin**) et effeuillez les branches de thym.
2. Ajoutez le pain d'épices coupé en dés, 250 g de châtaignes grossièrement hachées (**Extra Chef**), la chair à saucisse, le sel, le poivre et mélangez (**Cuiller à mélange**).
3. Farcissez l'intérieur des poulets avec cette préparation et fermez-les avec des pique-olives.
4. Mettez les poulets dans l'**Ultra Pro 5,7 l** et arrosez-les avec l'Armagnac. Placez des noix de beurre dessous, ajoutez les châtaignes restantes autour, salez, poivrez et faites cuire couvert, environ 1 h 30 dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 6/7 ou 200°C. Découvrez et finissez la cuisson environ 15 mn dans le four.
5. Sortez l'Ultra Pro du four et laissez reposer 15 mn avec le Couvercle.

Variante : vous pouvez remplacer les poulets par des pintades.





GÂTEAU AUX POMMES



15 mn



45 s
à 600 watts



± 1 h 15
Th 6/7 ou 190°C

INGRÉDIENTS POUR 10 À 12 PERSONNES

- 115 g de beurre
- 6 œufs
- 300 g de sucre (± 300 ml)
- 250 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 25 g d'amandes en poudre (± 60 ml)
- 1 pincée de sel
- 2 ml de cannelle en poudre
- 2 kg de pommes (golden, reinette, royal gala)

PRÉPARATION

1. Faites fondre 90 g de beurre coupé en morceaux, 45 s à 600 watts.
2. Mélangez dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25l**) les œufs et le sucre, puis ajoutez la farine, la levure, 10 g de poudre d'amandes, le sel, la cannelle, le beurre fondu et fouettez bien (**Fouet mélangeur**).
3. Épluchez les pommes (**Éplucheur**), ôtez le cœur et coupez-les en gros morceaux. Ajoutez-les à la pâte et mélangez (**Spatule silicone**) pour bien enrober les pommes.
4. Chemisez l'**Ultra Pro 3,3l** avec le beurre et la poudre d'amandes restants.
5. Versez le contenu du saladier dans l'**Ultra Pro**, couvrez et faites cuire couvert environ 1 h 15, dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 6/7 ou 190°C.
6. Pour un gâteau bien doré, ôtez le Couvercle 10 mn avant la fin de cuisson. Laissez reposer couvert hors de four.
7. Dégustez tiède ou froid, nature ou accompagné d'une boule de glace vanille, d'une chantilly vanillée ou d'une crème anglaise.

CRUMBLE POIRE-FRAMBOISE



15 mn



25 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 1 kg de poires (Conférence)
- ½ citron
- 125 g de framboises
- 1 sachet de sucre vanillé
- 40 g de noisettes en poudre (± 100 ml)
- 40 g de farine (± 65 ml)
- 40 g de beurre
- 40 g de sucre (± 40 ml)

PRÉPARATION

1. Coupez les poires épluchées et épépinées en cubes (**Coup' AdaptaChef 15 mm**). Arrosez-les de jus de citron (**Set-en-1**).
2. Dans le **Couvercle Ultra Pro 3,3l/5,7l**, mélangez les poires, les framboises et le sucre vanillé.
3. Mixez (**Extra Chef**) les noisettes, la farine, le beurre et le sucre, pour obtenir une préparation sableuse.
4. Répartissez la pâte à crumble sur les fruits et faites cuire découvert environ 25 mn, dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 6 ou 180°C.
5. Dégustez tiède ou froid.





GÂTEAU CHOC'NOISETTES



15 mn



2 mn 30
à 600 watts



± 11 mn



± 25 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 10 À 12 PERSONNES

- 300 g de chocolat noir dessert
- 250 g de beurre
- 200 g de sucre (± 200 ml)
- 130 g de farine
- 100 g de noisettes
- 15 ml d'huile

PRÉPARATION

1. Faites fondre le chocolat et le beurre en morceaux (**MicroCook 2,25 l**) environ 2 mn 30 à 600 watts. Laissez reposer 1 mn avant de mélanger. Si besoin, refaites chauffer par séquence de 30 s à 600 watts.
2. Ajoutez le sucre et mélangez bien (**Fouet mélangeur**). Ajoutez la farine en mélangeant puis les noisettes grossièrement concassées (**Couteau du Chef**).
3. Versez dans l'**Ultra Pro 3,3 l** huilé (**Pinceau silicone Pro**) et faites cuire environ 25 mn découvert dans le four préchauffé en chaleur tournante, Th 6 ou 180°C.
4. Couvrez à la sortie du four et laissez reposer 10 mn avant de le démouler et de le servir.

Démultipliez les possibilités de votre Ultra Pro
avec les 55 recettes à découvrir dans le
Livre "Cuisinez grand" avec les Ultra Pro 3,3l et 5,7L.



Encore
plus
de recettes !

INDEX

Béchamel	5	Gâteau aux pommes	19
Canard à l'orange	13	Gâteau choc'noisettes	23
Couscous	15	Gigot rôti et grenailles	11
Couscous royal	15	Lasagnes aux épinards	5
Croustillant poireaux saumon	6	Poivrons à la grecque	9
Crumble poire - framboise	20	Poulet rôti pain d'épices et châtaignes	16

Tupperware France
20, rue Paul Héroult - CS 40 186 - 92023 Nanterre Cedex - Tél. : 01 41 39 24 24
Tous droits réservés pour tous pays Tupperware France.

NTX4481 - Sous réserve d'erreur d'impression, Tupperware se réserve le droit de modifier sans préavis les coloris de ses Produits. Il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement sur quelque support que ce soit le présent ouvrage (article L 122-4 et L 122-5 du code de la propriété intellectuelle) sans l'autorisation de Tupperware France.

Tupperware®

En quelques secondes, connectez-vous à l'Animatrice(teur)
Tupperware la plus proche de chez vous !

tupperware.fr/connect

Rejoignez-nous     et sur www.tupperware.fr