

4 COINS À PARTAGER



ollection Savoir-Faire™



4 COINS À PARTAGER

Le secret d'une cuisine réussie :
se faire plaisir, s'amuser, surprendre sa famille
ou ses amis et surtout partager.

Alors profitez-en, avec le **Moule rectangle**, toutes les recettes sont
à partager. Des recettes simples, faciles, intemporelles à déguster
en toute convivialité.

Retrouvez 34 recettes variées et savoureuses, chaudes ou froides,
sucrées ou salées pour tous les moments, de l'apéritif au dessert.



RÉUSSIR LES RECETTES

- Le Moule rectangle permet de réaliser des recettes allant de 4 à 12 personnes.
- Sa souplesse permet un démoulage très facile, tout en douceur.
- N'oubliez pas de laver votre Moule rectangle avant et après chaque usage, et de le sécher avec attention afin de retirer les éventuels résidus de graisse (résidus blancs).
- Léger, résistant, le Moule rectangle convient aux températures de -25°C à +220°C et passe ainsi facilement du congélateur, au réfrigérateur, au four ou au micro-ondes.
- Une taille spécialement conçue pour pouvoir conserver votre préparation dans la Boîte Igloo 2,25 l et aussi pour pouvoir mettre côte à côte 2 Moules rectangle dans votre four.
- Les temps de cuisson indiqués dans les recettes peuvent varier en fonction du four et du micro-ondes.
- Pour les recettes qui utilisent un four traditionnel: lorsque rien n'est indiqué, utilisez la cuisson traditionnelle, sans chaleur tournante.



BIG' CROQUE VERT



Préparation
15 mn



± 5 mn
à 600 watts



± 15 mn
Th 7 ou 210°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

- 7 grandes tranches de pain de mie sans croute (±270 g)
- ± 10 g de beurre mou
- 100 ml de béchamel

Farce

- 1 gousse d'ail
- 250 g d'épinards frais
- 6 tranches de bacon (±60 g)
- 60 g de comté
- 60 g de mozzarella

PRÉPARATION

1. Faites cuire la gousse d'ail épluchée et les épinards lavés et égouttés, environ 4 mn à 600 watts (**MicroCook rond 2,25 l**). Otez la gousse d'ail et égouttez les épinards en les pressant (**Presse-purée**).
2. Coupez le bacon en 2 et faites-le cuire 1 mn à 600 watts (**MicroCook rond**).
3. Hachez le comté et réservez-le, puis hachez la mozzarella (**TurboTup**).
4. Faites préchauffer le four en chaleur tournante, Th 7 ou 210°C.
5. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, répartissez une couche de tranches de pain de mie légèrement beurré (face beurrée vers le Moule). Saupoudrez les fromages, en réservant 10 g de comté, répartissez le bacon, les épinards et finissez avec les tranches de pain de mie restantes.
6. Recouvrez avec la béchamel et saupoudrez le comté restant.
7. Faites cuire environ 15 mn dans le four préchauffé.
8. Servez le Big' croque vert pour l'apéritif coupé en carrés, ou en plat avec une salade verte.

Variantes : remplacez la farce par :

Big' croque italien : mélangez 100 ml de sauce tomates avec, 50 g de mozzarella hachée et 20 g de parmesan râpé. Dans le Moule rectangle, répartissez sur le pain de mie beurré, la moitié de la sauce tomates mélangée aux fromages râpés et 100 g de poivrons épluchés, épépinés et coupés en lanières. Disposez 60 g de jambon sec italien coupé en lanières, étalez le reste de sauce et recouvrez avec les tranches de pain de mie. Finissez comme indiqué dans la recette ci-dessus (étape 6).

Big' croque danois : mélangez 100 ml de béchamel avec 4 brins d'aneth frais haché. Dans le Moule rectangle, répartissez sur le pain de mie beurré, un peu de béchamel à l'aneth, 4 tranches de saumon fumé effiloché et 100 g de gruyère râpé. Finissez avec les tranches de pain de mie, recouvrez avec le reste de béchamel, parsemez les zestes d'½ citron non traité et faites cuire.



TOURTE ANTI-GASPI



Préparation
15 mn



± 12 mn
+ riz à 600 watts



± 25 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 150 g de riz à risotto
- 10 g de beurre
- Sel et poivre
- ± 400 g de légumes du réfrigérateur (ex: 100 g de courgettes, 100 g d'haricots verts, 100 g de pommes de terre, 100 g de poivrons épinés et épluchés)
- 7 ml d'huile d'olive
- 75 ml de sauce tomates cuisinées
- 2 ml d'origan
- 3 œufs (petits)
- 30 g de parmesan râpé
- 1 pâte feuilletée (± 230 g)

1. Faites cuire le riz avec 310 ml d'eau, 2 mn de moins qu'indiqué sur le paquet pour qu'il soit al dente à 600 watts (**Maxi Cuiseur à riz**).
2. Egouttez le riz, si besoin. Ajoutez le beurre, le sel, le poivre, mélangez et laissez-le tiédir.
3. Epluchez les légumes et coupez-les en petits dés. Faites-les cuire avec l'huile, la sauce tomate et l'origan, environ 12 mn à 600 watts en remuant à mi-cuisson (**MicroCook rond 2,25 l**). Egouttez-les dans une passoire.
4. Mélangez 2 œufs, 1 blanc d'œuf (réservez le jaune), le parmesan, le sel et le poivre. Ajoutez-les au riz et mélangez. Ajoutez les légumes égouttés et mélangez.
5. Déroulez votre pâte et coupez-la en 4 parts égales. Prenez ¼ de pâte, retournez-le et positionnez-le tête-bêche sur un 2^{ème} quart de pâte afin de former un carré. Farinez légèrement les 2 faces et étalez la pâte pour former un rectangle légèrement plus grand que le **Moule rectangle**. Faites un 2^{ème} rectangle de la taille du Moule avec le 2^{ème} carré.
6. Faites préchauffer le four en chaleur tournante, Th 6 ou 180°C.
7. Dans le Moule rectangle posé sur la grille froide du four, étalez le grand rectangle de pâte feuilletée en faisant légèrement déborder les bords. Piquez légèrement la pâte.
8. Versez la préparation au riz, recouvrez avec le 2^{ème} rectangle de pâte et pressez les bords pour les souder.
9. Mélangez le jaune d'œuf restant avec 15 ml d'eau et étalez la dorure sur la pâte (**Pinceau silicone Pro**).
10. Faites cuire environ 25 mn, dans le four préchauffé.



TARTE ÉPINARDS ET FETA



Préparation
20 mn



± 5 mn
à 600 watts



± 30 mn
Th 6/7 ou 200°C



Repos
10 mn

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 300 g de pousses d'épinard
- 1 pâte feuilletée
- 200 g de feta
- 200 ml de crème liquide légère
- 2 œufs
- Poivre

1. Faites cuire les pousses d'épinard lavées, environ 5 mn à 600 watts (**MicroCook rond 2,25 l**). Egouttez-les en les pressant (**Presse-purée**) et laissez-les refroidir.
2. Faites préchauffer le four, Th 6/7 ou 200°C.
3. Etalez la pâte feuilletée dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four et roulez les bords.
4. Répartissez les pousses d'épinard égouttées et la feta grossièrement émiettée.
5. Fouettez la crème liquide, les œufs, le poivre (**Speedy Chef**) et versez dans le Moule rectangle.
6. Faites cuire environ 30 mn, bas dans le four préchauffé.
7. Laissez reposer 10 mn avant de démouler et de servir chaud ou froid avec une salade verte.



TORTILLA BICOLORE



Préparation
10 mn



± 15 mn



± 12 mn
Th6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 500 g de pommes de terre
- 1 poivron vert (±200 g)
- 1 oignon (±50 g)
- Huile
- Sel et poivre
- 6 œufs

1. Lavez les légumes. Epluchez les pommes de terre, le poivron (**Eplucheur 2 en 1**) et l'oignon.
2. Coupez les pommes de terre et l'oignon en dés (**Coup'AdaptaChef 15 mm**) et le poivron épépiné en fines lanières.
3. Chauffez l'huile dans une poêle et faites frire les légumes. Égouttez-les bien, salez et poivrez.
4. Faites préchauffer le four, Th6 ou 180°C.
5. Répartissez les légumes dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four.
6. Mélangez les œufs avec le sel et le poivre (**Shaker 600 ml**) et versez-les sur les légumes.
7. Faites cuire environ 12 mn, dans le four préchauffé.
8. Dégustez la tortilla chaude ou froide, coupée en cubes pour l'apéritif, ou avec une salade verte en plat.

Astuce: pour une recette plus rapide et légère, faites cuire vos légumes environ 10 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**) et égouttez-les.



EMPANADA DE THON



Préparation
20 mn



± 9 mn 30
à 600 watts



Repos
± 30 mn



± 25 mn
Th6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 120 ml d'eau
- 15 ml d'huile d'olive
- 300 g de farine
- 15 ml de paprika
- 2 ml de sel
- 1 œuf
- 1 petit poivron rouge (± 150 g)
- 1 gros oignon
- 100 ml de sauce tomates cuisinées
- Sel et poivre
- 200 g de thon au naturel (conserve)
- Dorure: 1 jaune d'œuf + 15 ml d'eau

1. Faites chauffer l'eau 1 mn 30 à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**). Versez l'huile et en une seule fois ajoutez la farine, le paprika et le sel. Mélangez vigoureusement avec une spatule (**Spatule silicone**) puis incorporez l'œuf et mélangez. Malaxez la pâte environ 5 mn puis laissez-la reposer environ 30 mn couverte, dans un saladier (**Bol batteur 3 l**).
2. Lavez, épluchez le poivron (**Eplucheur 2 en 1**) et coupez-le en lamelles. Epluchez l'oignon et émincez-le (**MandoJunior -1**).
3. Faites cuire le poivron et l'oignon, 6 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson (**MicroCook rond 2,25 l**).
4. Ajoutez la sauce tomate, le sel, le poivre et mélangez. Faites cuire environ 2 mn à 600 watts. Ajoutez le thon égoutté et émietté, mélangez et réservez.
5. Faites préchauffer le four, Th6 ou 180°C.
6. Divisez la pâte en 2 parts égales. Sur un plan légèrement fariné, étalez un morceau de pâte à la taille du **Moule rectangle** et le 2^{ème} légèrement plus grand. Piquez les 2 morceaux de pâte.
7. Posez le Moule rectangle sur la grille froide du four et placez la pâte la plus grande en remontant sur les bords.
8. Recouvrez avec la préparation au thon puis avec la deuxième pâte. Roulez les bords des 2 pâtes ensemble et pressez pour bien les souder.
9. Étalez la dorure (**Pinceau silicone Pro**) et faites cuire environ 25 mn dans le four préchauffé. Ce plat se déguste aussi bien chaud que froid.



QUICHE MÉDITERRANÉENNE SANS PÂTE



Préparation
10 mn



± 40 mn
Th 6/7 ou 200°C



Repos
15 mn

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 200 ml de lait
- 100 ml de crème liquide entière
- 2 œufs
- ± 2 ml de thym émietté
- 70 g de farine
- Sel et poivre
- 200 g de fromage de chèvre frais
- 150 g de tomates cerise
- 50 g d'olives noires dénoyautées

1. Faites préchauffer le four, Th 6/7 ou 200°C.
2. Mélangez le lait, la crème liquide, les œufs, le thym, la farine, le sel et le poivre (**Shaker 600 ml**).
3. Posez le **Moule rectangle** sur la grille froide du four. Répartissez dedans le fromage grossièrement émietté, les tomates cerise et les olives. Versez dessus la préparation aux œufs.
4. Faites cuire environ 40 mn, bas dans le four préchauffé.
5. Laissez reposer 15 mn avant de la démouler et de la servir.

Astuce : remplacez les tomates cerise par 150 g de courgettes coupées en dés.



LASAGNES DE CRÊPES D'AUTOMNE



Préparation
20 mn



6 mn
à 600 watts



± 25 mn
Th 7 ou 200°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 8 crêpes
- 400 ml de béchamel

Farce

- 500 g de champignons de Paris
- 150 g de cèpes surgelés (ou mélange de champignons forestiers)
- 1 gousse d'ail
- 10 ml d'huile d'olive
- Sel et poivre
- 400 ml de béchamel
- 75 g de parmesan râpé
- 200 g de brie

1. Nettoyez les champignons de Paris et coupez-les en lamelles.
2. Faites-les cuire avec les cèpes, la gousse d'ail épluchée et l'huile, 6 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson (**MicroCook rond 2,25 l**).
3. Otez la gousse d'ail, égouttez, salez et poivrez. Hachez la moitié des champignons (**Extra Chef**) et mélangez-les à la béchamel. Réservez $\frac{1}{4}$ de béchamel et 20 g de parmesan.
4. Coupez le brie en dés. Faites préchauffer le four, Th 7 ou 200°C.
5. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez une crêpe au fond en laissant dépasser les bords. Posez une crêpe sur chaque côté en partant du milieu du Moule rectangle et en les laissant dépasser.
6. Répartissez une couche de béchamel aux champignons, une couche de champignons cuits réservés, des dés de brie, du parmesan et recouvrez avec une crêpe. Recommencez jusqu'à épuisement des ingrédients en finissant par le brie. Rabattez les crêpes qui dépassent pour fermer la lasagne.
7. Recouvrez avec le béchamel et le parmesan réservés, et faites cuire environ 25 mn, bas dans le four préchauffé.
8. Servez chaud avec une salade verte.

Pâte à crêpes: fouettez 3 œufs, 500 ml de lait, 250 g de farine et 1 bonne pincée de sel. Ajoutez 100 g de beurre salé fondu et mélangez. Laissez la pâte reposer 1 h pour avoir des crêpes légères (facultatif). Dans une poêle chaude antiadhésive (**Crêpière**) ou légèrement huilée, versez un peu de pâte et faites cuire des 2 côtés. Faites de même jusqu'à épuisement de la pâte.



LASAGNES VÉGÉTARIENNES



Préparation
20 mn



±15 mn
à 600 watts



±20 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

- 250 ml de crème liquide
- 5 ml de fécule de pomme de terre
- 250 g de fromage frais ail et fines herbes
- 200 g de sommités de brocoli
- 200 g de petits pois frais ou surgelés
- 200 g de courgettes
- 1 botte de cerfeuil
- Sel et poivre
- 6 feuilles de lasagnes fraîches (rayon pâtes fraîches)

PRÉPARATION

1. Mélangez la crème liquide et la fécule dans un saladier (**Bol batteur 3 l**). Ajoutez le fromage frais et fouettez (**Fouet mélangeur**).
2. Faites cuire les épinards et les brocolis à la vapeur (**Micro Vap[®]**) environ 15 mn à 600 watts. Egouttez-les.
3. Ebouitez les courgettes lavées et coupez-les en petits cubes (**Coup' AdaptaChef 10 mm**).
4. Ecrasez légèrement les brocolis (**Spatule silicone**) et mélangez tous les légumes avec le cerfeuil effeuillé, le sel et le poivre.
5. Faites préchauffer le four en chaleur tournante, Th 6 ou 180°C.
6. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, déposez une couche de lasagnes, une couche de légumes, versez $\frac{1}{3}$ de la sauce au fromage frais, recommencez l'opération et finissez par une couche de lasagnes recouverte d'une couche de sauce au fromage frais.
7. Faites cuire environ 20 mn dans le four préchauffé.

Conseil: si vous utilisez des lasagnes sèches, faites-les précuire dans de l'eau bouillante salée et huilée.



TARTE AUX POIREAUX ET POMELOS



Préparation
20 mn



± 10 mn



± 45 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 30 g de beurre
- 150 ml de jus de pomelos (ou orange)
- 500 g de poireaux fins (ou blancs de poireaux)
- Sel et poivre
- 2 œufs
- 200 ml de crème liquide
- 200 g de feta égouttée
- ½ pâte Brisée*

PRÉPARATION

1. Dans une sauteuse (**Sauteuse 2,8 l**), faites bouillir le beurre et le jus de pomelos.
2. Lavez les poireaux et coupez les extrémités. Selon l'épaisseur, coupez-les en 2 dans la longueur. Ajoutez-les dans la sauteuse, salez, poivrez, couvrez et faites cuire à feu moyen/doux environ 10 mn (les poireaux doivent rester fermes).
3. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
4. Mélangez les œufs, la crème, la feta mixée (**TurboMAX**) et le poivre.
5. Étalez la pâte pour obtenir un rectangle* et déposez-la dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four. Disposez les poireaux dans la longueur et versez la crème à la feta.
6. Faites cuire environ 45 mn, bas dans le four préchauffé.

***Astuce**: pour faire d'une pâte ronde, 2 pâtes rectangulaires: coupez votre pâte en 4. Prenez ¼ de pâte, retournez-le et positionnez-le tête-bêche sur un 2^{ème} quart de pâte afin de former un carré. Farinez légèrement les 2 faces et étalez la pâte pour former un rectangle. Congelez le reste de pâte étalée pour une future utilisation.



PASTILLA DE POULET AU CURRY



Préparation
20 mn



± 18 mn
à 600 watts



± 30 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES PRÉPARATION

- 200 g d'oignons
- 1 belle gousse d'ail (± 10 g)
- 15 ml d'huile
- ½ boîte de pulpe de tomate en dés (± 200 g)
- 100 ml de lait de coco
- Sel et poivre
- ± 12 ml de curry en poudre
- 5 ml de gingembre en poudre
- 400 g de blancs de poulet
- 6 feuilles de brick
- 20 g de beurre fondu
- 150 ml de crème liquide
- Sucre glace

1. Hachez (**Extra Chef**) les oignons et l'ail, épluchés et coupés en morceaux. Faites-les cuire avec l'huile, 4 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**).
2. Mixez (**Extra Chef**) la pulpe de tomate, le lait de coco, le sel, le poivre, 10 ml de curry et le gingembre. Versez sur les oignons, mélangez et faites cuire environ 5 mn à 600 watts (Pichet MicroCook, Couvercle position ouverte).
3. Ajoutez le poulet coupé en morceaux, mélangez et faites cuire environ 9 mn à 600 watts, en mélangeant à mi-cuisson. Rectifiez l'assaisonnement.
4. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
5. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez une feuille de brick au fond en laissant dépasser les bords. Beurrez-la (**Pinceau silicone Pro**).
6. Posez une feuille de brick sur chaque côté en partant du milieu du Moule rectangle et en les laissant dépasser. Beurrez-les.
7. Étalez le curry de poulet égoutté (**Cuiller à égoutter**), réservez la sauce à part, recouvrez avec une feuille de brick beurrée en rentrant les bords dans le Moule et rabattez les feuilles de brick vers le centre.
8. Faites cuire environ 30 mn, bas dans le four préchauffé.
9. Réchauffez la sauce avec la crème liquide. Servez-la avec la pastilla saupoudrée de sucre glace mélangé au 2 ml de curry restants, et un riz basmati.



FOUGASSE AUX OIGNONS



Préparation
20 mn



±20 mn



± 8 mn
à 600 watts



Repos
20mn



± 30 mn
Th 7/8 ou 220°C

INGRÉDIENTS POUR 6 À 8 PERSONNES PRÉPARATION

- 20 g de levure de boulanger fraîche (ou 5 g de levure de boulanger sèche)
- 125 ml d'eau tiède-froide (±35°C)
- 225 g de farine
- ±50 ml d'huile d'olive
- 2 ml de sel

Garniture

- 400 g d'oignons
- ±25 ml d'huile d'olive
- 50 g de filets d'anchois à l'huile
- ±2 ml d'origan sec

1. Dans un saladier (**Bol Batteur 3U**) mettez la levure émiettée à dissoudre dans l'eau.

2. Ajoutez la farine, 30 ml d'huile et le sel en mélangeant (**Spatule silicone**). Finissez à la main pour obtenir une pâte homogène et élastique, mais pas collante. Ajoutez de la farine, si nécessaire.

3. Remplissez l'évier avec de l'eau tiède (±38°C), placez le saladier fermé dedans et laissez la pâte lever environ 20 mn.

4. Emincez les oignons épluchés (**MandoJunior -1**), ajoutez l'huile d'olive de la garniture, mélangez et faites cuire environ 8 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson (**Pichet MicroCook 1U**).

5. Étalez la pâte sur un plan fariné et placez-la dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four.

6. Étalez le reste d'huile, répartissez les oignons, les anchois égouttés et saupoudrez l'origan. Laissez reposer 20 mn.

7. Faites préchauffer le four, Th 7/8 ou 220°C et faites cuire environ 30 mn, bas dans le four. Idéale en apéritif, coupée en carrés.

Variantes : remplacez la garniture :

Fougasse au chorizo : mélangez 200 ml de coulis de tomate et 200 g de chorizo coupé en petits morceaux. Faites cuire.

Fougasse olives et lardons : étalez 200 g de tapenade sur la pâte et répartissez dessus 200 g d'allumettes de lardons fumés et 10 olives noires dénoyautées et coupées en morceaux. Faites cuire.

Fougasse romarin et parmesan : lors de la préparation de la pâte, ajoutez 15 ml de romarin effeuillé (étape 2). Puis procédez comme indiqué dans la recette en remplaçant la garniture par 50 ml de crème fraîche épaisse et saupoudrez 30 g de parmesan fraîchement râpé. Faites cuire.



MILLEFEUILLE DE LÉGUMES



Préparation
30 mn



± 33 mn
à 600 watts



Repos
10 mn



± 40 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 600 g d'aubergines
- 500 g d'oignons
- 3 gousses d'ail
- 50 ml d'huile d'olive
- Sel et poivre
- 1 boîte de pulpe de tomates en dés (± 425 g)
- 30 ml de sucre (± 30 g)
- 50 g de pignons de pin
- 1 botte de basilic

PRÉPARATION

1. Tranchez avec une mandoline les aubergines lavées et éboutées (**MandoChef** ①/Ⓐ). Jetez la 1^{ère} et la dernière tranche de peau.
2. Faites cuire les tranches d'aubergine à la vapeur (**Micro Vap**) environ 15 mn à 600 watts. Laissez reposer 10 mn et égouttez-les.
3. Hachez (**Extra Chef**) les oignons et l'ail, épluchés et coupés en morceaux. Mélangez-les avec 25 ml d'huile d'olive, le sel, le poivre et faites-les cuire 8 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1L**, Couvercle position ouverte).
4. Ajoutez la pulpe de tomates, le sucre, mélangez et faites cuire 10 mn à 600 watts. Egouttez cette concassée dans une passoire fine.
5. Ajoutez les pignons de pin, le basilic ciselé et mélangez.
6. Faites préchauffer le four en chaleur tournante, Th 6 ou 180°C.
7. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez une couche de tranches d'aubergine en les superposant, épongez-les avec un papier absorbant. Badigeonnez-les d'un peu d'huile d'olive (**Pinceau silicone Pro**) et recouvrez avec la moitié de concassée. Renouvelez l'opération et finissez avec une couche d'aubergines éponnées et huilées.
8. Faites cuire environ 40 mn, dans le four préchauffé.
9. Servez le millefeuille tiède ou froid avec une salade de roquette, un pistou* et des copeaux de parmesan.

***Pistou**: hachez finement 1 gros bouquet de basilic effeuillé, 50 ml de parmesan râpé, 1 gousse d'ail épluchée et 50 ml de pignons de pin. Salez, poivrez, ajoutez 150 ml d'huile d'olive et mixez quelques secondes (**Extra Chef**).



POMMES CARAMEL EN BRIOCHE



Préparation
15 mn



± 3 mn 30 s
à 600 watts



Repos
5 mn



± 15 mn
Th 6/7 ou 200°C

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

- 15 g de beurre
- 15 ml de sucre roux (± 12 g)
- 4 pommes golden
- 2 œufs
- 100 ml de lait
- 6 tranches de brioche au beurre (± 200 g)
- 50 ml de caramel au beurre salé

PRÉPARATION

1. Faites fondre le beurre et le sucre roux, 30 s à 600 watts (**Pichet MicroCook 1l**).
2. Ajoutez les pommes épluchées et coupées en tranches épaisses. Mélangez délicatement et faites cuire environ 3 mn à 600 watts. Laissez reposer 5 mn.
3. Dans un saladier (**Bol batteur 3l**), fouettez les œufs, le lait et le jus de cuisson des pommes.
4. Faites préchauffer le four, Th 6/7 ou 200°C.
5. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, répartissez une couche de tranches de brioche imbibées dans le mélange aux œufs. Tassez bien pour ne pas avoir d'espace entre les tranches.
6. Badigeonnez de caramel au beurre salé* tiède (**Pinceau silicone Pro**), étalez les pommes, badigeonnez dessus le reste de caramel et versez délicatement le reste de mélange aux œufs.
7. Faites cuire environ 15 mn dans le four préchauffé.

***Caramel au beurre salé**: dans une casserole, versez 80 ml de sucre (± 80 g) en une couche uniforme et laissez fondre à feu moyen sans mélanger pour que le sucre prenne une belle couleur caramel uniforme. Hors du feu, ajoutez 40 g de beurre demi-sel coupé en morceaux et mélangez jusqu'à ce qu'il soit complètement fondu (**Fouet plat métallique**). Ajoutez environ 80 ml de crème liquide, selon la consistance souhaitée, et faites bouillir la préparation environ 30 s tout en remuant. Laissez refroidir avant de le conserver au réfrigérateur.



BROWNIES AU NOUGAT



Préparation
10 mn



± 2 mn
à 600 watts



Repos
1 mn



± 20 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 À 10 PERSONNES PRÉPARATION

- 180 g de chocolat noir dessert
- 180 g de beurre
- 180 ml de sucre (± 180 g)
- 4 gros œufs
- 160 ml de farine (± 80 g)
- 50 g de nougat mou
(ou noix, amandes, noix de pécan...)

1. Faites fondre le chocolat et le beurre en morceaux, 2 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1L**). Laissez reposer 1 mn et mélangez. Si besoin, refaites chauffer par séquence de 30 s à 600 watts.
2. Ajoutez le sucre et mélangez (**Fouet mélangeur**), puis ajoutez les œufs un par un en mélangeant entre chaque. Ajoutez la farine et mélangez.
3. Versez la préparation dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, ajoutez le nougat coupé en morceaux en l'enfonçant légèrement et faites cuire environ 20 mn dans le four préchauffé, Th 6 ou 180°C.

Variante: ce brownies peut être cuit environ 10 mn à 600 watts, en vérifiant que le Moule tourne dans le micro-ondes.

WHITIES



Préparation
10 mn



± 1 mn 30
à 600 watts



Repos
1 mn



± 20 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 À 10 PERSONNES PRÉPARATION

- 110 g de beurre
- 180 g de chocolat blanc
- 1 œuf (gros)
- 300 ml de lait concentré sucré
- 10 ml de vanille liquide
- 1 pincée de sel
- 100 g de farine
- 75 g de noix de pécan
- Sucre glace

1. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
2. Faites fondre le beurre et le chocolat en morceaux, environ 1 mn 30 à 600 watts (**Pichet MicroCook 1L**). Laissez reposer 1 mn avant de mélanger. Si besoin, refaites chauffer par séquence de 20 s à 600 watts.
3. Ajoutez l'œuf, le lait concentré, la vanille et la pincée de sel en mélangeant (**Fouet mélangeur**). Puis ajoutez la farine, en mélangeant, et enfin les noix de pécan.
4. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, versez la préparation et faites cuire environ 20 mn, bas dans le four préchauffé.
5. Laissez tiédir avant de démouler. Servez saupoudré de sucre glace.



GÂTEAU CHOC'



Préparation
15 mn



± 3 mn
à 600 watts



Repos
1 mn



8 h
(ou congélateur 2 h)

INGRÉDIENTS POUR 8 À 10 PERSONNES

- 300 g de sablés au chocolat (ou cookies tout chocolat)
- 75 g de beurre à température ambiante
- 400 g de chocolat noir
- 150 ml de crème fraîche épaisse entière
- 15 ml de cacao amer
- 25 ml de noix de coco en poudre

PRÉPARATION

1. Mixez les sablés avec le beurre (**Extra Chef**).
2. Répartissez-les dans le **Moule rectangle**, aplatissez avec le dos d'une cuillère et conservez au réfrigérateur (**Boîte Igloo 2,25 l**).
3. Faites fondre le chocolat coupé en morceaux avec la crème épaisse, 3 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**). Laissez reposer 1 mn et mélangez. Si nécessaire, refaites chauffer par séquences de 30 s à 600 watts.
4. Versez sur la base de biscuits dans le Moule rectangle.
5. Saupoudrez le cacao amer mélangé à la noix de coco et mettez le gâteau au réfrigérateur environ 8 h (ou dans le congélateur environ 2 h).

Variante: remplacez le cacao et la noix de coco par du caramel au beurre salé (recette p. 28) ou de la crème de marron mélangée à du fromage blanc.



CRUNCH CHEESECAKE



Préparation
20 mn



± 35 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 100 g de céréales au miel
- 60 g de beurre mou
- 2 œufs (jaunes et blancs séparés)
- 100 ml de sucre (± 100 g)
- ± 350 g de fromage blanc (ou fromage frais)
- 1 citron non traité (zeste + jus)
- 20 ml de farine (± 10 g)
- 1 ml de sel

Coulis

- 60 g de framboises
- 45 ml de sucre glace

PRÉPARATION

1. Mixez (**Extra Chef**) les céréales avec le beurre coupé en morceaux, pour obtenir un crumble.
2. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez le crumble et pressez-le pour former une couche compacte et régulière. Mettez au réfrigérateur (**Boîte Igloo 2,25 l**).
3. Fouettez (**Fouet mélangeur**) les jaunes d'œufs, le sucre, le fromage blanc, le zeste et le jus de citron, la farine et le sel pour obtenir une préparation lisse.
4. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
5. Montez les blancs en neige (**Speedy Chef**) et incorporez-les délicatement à la préparation au fromage blanc (**Spatule silicone**).
6. Versez cette préparation sur le crumble dans le Moule rectangle.
7. Mixez les framboises et le sucre pour obtenir un coulis (Extra Chef). Versez sur la préparation au fromage blanc et faites des dessins avec une spatule (**Spatule silicone fine**).
8. Faites cuire environ 35 mn bas dans le four préchauffé. Le cheesecake ne doit pas brunir (recouvrez-le si besoin avec une feuille de papier de cuisson).
9. Servez-le bien froid.

Variante: remplacez les céréales et le beurre par 150 g de biscuits nature (ex: Petit Lu), 80 g de beurre très mou et 25 ml de sucre (± 25 g).



TARTE POLENTA ET MANGUE



Préparation
20 mn



± 3 mn



± 25 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 150 ml de lait
- 15 ml d'huile d'olive
- 225 ml d'eau
- 90 g de polenta de maïs, cuisson rapide
- 50 ml de miel liquide
- 40 g de beurre très mou
- 75 ml de sucre roux (± 60 g)
- 1 gros œuf
- 250 ml de poudre d'amandes (± 100 g)
- 1 boîte de mangue au sirop (± 425 g)
- 15 ml de pistaches

PRÉPARATION

1. Dans une casserole, portez à ébullition le lait, l'huile et l'eau. Ajoutez la polenta en pluie et faites cuire environ 3 mn à feu moyen, en remuant pour avoir la consistance d'une purée épaisse.
2. Hors du feu, ajoutez le miel en mélangeant.
3. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez la polenta en faisant remonter légèrement les bords (**Spatule silicone**).
3. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
4. Fouettez le beurre avec le sucre pour obtenir un beurre pommade sucré (**Fouet plat métallique**). Ajoutez l'œuf, la poudre d'amandes et fouettez pour obtenir une préparation homogène.
5. Étalez délicatement la crème aux amandes sur la polenta, disposez les tranches de mangue égouttées et saupoudrez de pistaches grossièrement hachées.
6. Faites cuire environ 25 mn dans le four préchauffé. Servez la tarte tiède ou froide.



BISCUIT AVOINE ET CONFITURE



Préparation
10 mn



± 20 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 1 MOULE

- 110 g de beurre demi-sel mou
- 170 ml de sucre (± 170 g)
- 1 œuf
- 150 g de farine
- 7 ml de bicarbonate alimentaire
- 5 ml de vanille liquide
- 15 ml de lait
- 100 g de flocons d'avoine
- ± 250 g de confiture au choix (fruits rouges, abricots, pêches...)

PRÉPARATION

1. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
2. Dans un saladier (**Bol batteur 3l**), fouettez le beurre très mou et le sucre (**Fouet plat métallique**) pour obtenir un beurre pommade sucré. Ajoutez l'œuf tout en fouettant.
3. Ajoutez la farine, le bicarbonate, la vanille, le lait et mélangez (**Spatule silicone**). Ajoutez les flocons d'avoine et mélangez pour obtenir une pâte homogène.
4. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez la pâte (**Spatule à crêpes**) et recouvrez-la avec la confiture.
5. Faites cuire environ 20 mn, bas dans le four préchauffé.
6. Servez tiède ou froid.

Variante: remplacez la confiture par :

Biscuit avoine et chocolat: faites fondre 2 mn à 360 watts, 15 g de beurre et 170 g de chocolat noir dessert en morceaux (**Pichet MicroCook 1l**). Ajoutez 200 g de lait concentré sucré tout en remuant, pour obtenir une texture fondante. Étalez la moitié de la pâte aux flocons d'avoine dans le Moule rectangle, versez le chocolat et recouvrez avec le reste de pâte. Faites cuire environ 25 mn, bas dans le four préchauffé.



CLAFOUTIS AUX CERISES



Préparation
10mn



±45 mn
Th 6/7 ou 200°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 3 gros œufs
- 100 ml de sucre (±100 g)
- 50 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- 20 g de Maïzena
- 1 pincée de sel
- 200 ml de lait entier
- 200 ml de crème liquide
- 30 g de beurre fondu
- 500 g de cerises noires non dénoyautées (ou ±300 g de cerises au sirop dénoyautées et égouttées)
- 1 sachet de sucre vanillé

PRÉPARATION

1. Faites préchauffer le four, Th 6/7 ou 200°C.
2. Dans un saladier (**Bol batteur 3l**), fouettez les œufs avec le sucre (**Fouet plat métallique**) pour qu'ils blanchissent et moussent.
3. Ajoutez la farine, la levure, la Maïzena, le sel et mélangez (**Spatule silicone**). Ajoutez le lait, la crème, le beurre fondu et mélangez.
4. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, étalez les cerises entières lavées et versez la pâte.
5. Faites cuire environ 45 mn, bas dans le four préchauffé.
6. Saupoudrez le sucre vanillé à la sortie du four et servez le clafoutis tiède ou froid.



BRIOCHE CROUSTILLANTE



Préparation
20 mn



± 20 s
à 600 watts



± 45 mn



± 30 mn
Th 6/7 ou 200°C



Repos
15 mn

INGRÉDIENTS POUR 1 MOULE

Brioche

- 125 ml de lait à température ambiante
- 20 g de levure de boulanger fraîche (ou 5 g de levure de boulanger déshydratée)
- le zeste d'½ citron non traité
- 50 ml de sucre (± 50 g)
- 1 pincée de sel
- 40 g de beurre mou
- 1 œuf
- 300 g de farine

Crumble

- 150 g de farine
- 110 g de beurre très froid
- 75 ml de sucre (± 75 g)
- 15 ml de sucre vanillé

PRÉPARATION

1. Chauffez le lait environ 20 s à 600 watts (**Pichet MicroCook 1l**).
2. Versez dans un saladier (**Bol batteur 3l**), ajoutez la levure émiettée et mélangez jusqu'à complète dissolution.
3. Ajoutez le reste des ingrédients de la brioche. Mélangez (**Spatule silicone**) et finissez en malaxant pour obtenir une pâte qui se décolle des parois du saladier.
4. Remplissez l'évier avec de l'eau tiède (± 38°C), placez le saladier fermé dedans et laissez lever environ 30 mn.
5. Pétrissez quelques minutes la pâte légèrement farinée et étalez-la dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four.
6. Mélangez les ingrédients du crumble pour obtenir des miettes grossières (**Extra Chef**). Saupoudrez le crumble sur la brioche et laissez la pâte gonfler environ 15 mn.
7. Faites cuire environ 30 mn dans le four préchauffé, Th 6/7 ou 200°C. Laissez reposer environ 15 mn avant de démouler.
8. Servez la brioche croustillante au petit déjeuner. Conservez-la dans une boîte hermétique (**Boîte Igloo**).



GÂTEAU POIRES AU VIN



Préparation
15 mn



± 5 mn à 600 watts
± 10 mn à 360 watts



Repos
± 30 mn



± 35 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 200 ml de vin rouge
- 50 ml de sucre (± 50 g)
- 1 bâton de cannelle
- 2 clous de girofle
- 2 poires (± 200 g chacune)
- 30 ml de Maïzena

Pâte

- 150 g de beurre mou
- 125 ml de sucre (± 125 g)
- 3 œufs
- 175 g de farine
- 1 pincée de sel
- 5 ml de levure chimique
- ± 3 ml de cannelle en poudre
- ± 3 ml de gingembre en poudre

PRÉPARATION

1. Mélangez le vin rouge, le sucre, le bâton de cannelle, les clous de girofle et faites cuire environ 2 mn à 600 watts (**Pichet MicroCook 1L**).
2. Epluchez les poires, coupez-les en quarts, ôtez le cœur et mettez-les dans le vin. Faites cuire environ 10 mn à 360 watts en mélangeant délicatement à mi-cuisson. Laissez refroidir environ 30 mn.
3. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
4. Pour la pâte, fouettez le beurre mou avec le sucre (**Fouet plat métallique**) pour obtenir un beurre pommade sucré. Ajoutez les œufs un par un en fouettant.
5. Ajoutez les ingrédients restants tout en mélangeant pour obtenir une préparation homogène.
6. Egouttez les poires et réservez le jus pour en faire une sauce.
7. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, versez la pâte et répartissez les poires sans les enfoncer.
8. Faites cuire environ 35 mn, bas dans le four préchauffé.
9. Mélangez le jus des poires avec la Maïzena et faites cuire environ 2 mn à 600 watts sans couvercle (Pichet MicroCook 1L). Mélangez et faites cuire 1 mn à 600 watts. Laissez refroidir et servez avec le gâteau refroidi et démoulé.



TARTE AUX FRUITS ROUGES, PARFUM D'ORANGE



Préparation
20 mn



± 6 mn
à 600 watts



± 20 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 6 À 8 PERSONNES

- 1 pâte feuilletée (rectangulaire)
- 500 g de fruits rouges frais (mûres, groseilles, framboises, fraises)
- Sucre glace

Mousseline d'orange

- 125 ml de lait à température ambiante
- 70 ml de sucre (± 70 g)
- 30 ml de Maïzena (± 15 g)
- 1 orange non traitée (zeste et jus)
- 2 jaunes d'œufs
- 200 ml de crème liquide entière très froide

PRÉPARATION

1. Fouettez (**Fouet mélangeur**) le lait, le sucre, la Maïzena, le zeste et le jus d'orange (± 125 ml) et les jaunes d'œufs pour obtenir une préparation bien homogène.
2. Faites cuire environ 6 mn à 600 watts, en fouettant à mi-cuisson (**Pichet MicroCook 1U**). Filmez au contact et laissez refroidir.
3. Faites préchauffer le four, Th 6 ou 180°C.
4. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, mettez la pâte feuilletée, piquez-la légèrement et recouvrez les bords de la pâte avec du papier alimentaire roulé pour éviter qu'ils ne tombent pendant la cuisson.
5. Faites cuire environ 20 mn, bas dans le four préchauffé. La pâte doit être dorée. Laissez-la refroidir hors du four.
6. Montez la crème liquide bien froide en chantilly (**Speedy Chef**) et ajoutez-la délicatement à la crème à l'orange refroidie (**Spatule silicone**).
7. Étalez la mousseline d'orange sur la pâte froide, recouvrez avec les fruits rouges, saupoudrez de sucre glace et servez immédiatement.

Astuce: pour accélérer le refroidissement de la crème, mettez le récipient avec la crème dans un bac rempli d'eau froide et mélangez la crème de temps en temps.



CROUSTILLANT KOUIGN AMANN



Préparation
20mn



± 3h30



± 30 mn
Th7 ou 210°C



Repos
15mn

INGRÉDIENTS POUR 10 PERSONNES

- ½ sachet de levure de boulanger déshydratée
- 110 ml d'eau tiède-froide (± 35°C)
- 200 g de farine
- 2 pincées de sel
- 150 g de beurre demi-sel
- 180 ml de sucre (± 180 g)

PRÉPARATION

1. Délayez la levure dans l'eau tiède.
2. Dans un saladier (**Bol batteur 3l**), mélangez la farine et le sel. Faites une fontaine, versez au centre la levure délayée et malaxez la pâte jusqu'à ce qu'elle devienne souple. Laissez lever 3 heures à température ambiante, couverte, dans un saladier.
3. Une fois que la pâte a triplé de volume, abaissez-la sur le plan de travail (**Rouleau Modulo**) en lui donnant une forme rectangulaire d'environ 1 cm d'épaisseur.
4. Mettez au centre le beurre coupé en morceaux et saupoudrez 150 ml de sucre. Rabattez la pâte vers le centre pour enfermer le beurre et le sucre, et étalez avec la paume de la main. Rabattez la pâte vers le centre et étalez de nouveau. Procédez ainsi jusqu'à ce que le beurre et le sucre soient bien intégrés à la pâte.
5. Abaissez la pâte dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four et laissez lever 30 mn à température ambiante.
6. Faites cuire environ 30 mn dans le four préchauffé, Th7 ou 210°C.
7. Laissez reposer 15 mn avant de démouler. Saupoudrez le sucre restant et dégustez-le croustillant tiède ou froid.



FAR AUX PRUNEAUX



Préparation
10 mn



±45 mn
Th 6 ou 180°C

INGRÉDIENTS POUR 6 À 8 PERSONNES PRÉPARATION

- 3 œufs
- 60 ml de sucre (±60 g)
- 50 g de farine
- 300 ml de lait
- 20 beaux pruneaux moelleux
- 1 sachet de sucre vanillé

1. Faites préchauffer le four en chaleur tournante, Th 6 ou 180°C.
2. Fouettez les œufs avec le sucre pour qu'ils blanchissent et doublent de volume (**Speedy Chef**).
3. Ajoutez la farine et fouettez, puis versez le lait en fouettant.
4. Dans le **Moule rectangle** posé sur la grille froide du four, répartissez les pruneaux et versez la préparation.
5. Faites cuire environ 45 mn, dans le four préchauffé.
6. Saupoudrez le sucre vanillé à la sortie du four et laissez refroidir avant de servir.

Variantes : remplacez les pruneaux par :

Far aux poires et amandes : 2 belles poires épluchées, épépinées et coupées en morceaux. Saupoudrez 25 ml d'amandes effilées avant cuisson.

Far antillais aux pêches : 2 belles pêches dénoyautées et coupées en morceaux. Saupoudrez 20 ml de noix de coco en poudre mélangée au sucre vanillé, à la sortie du four.



Big' croque danois	4
Big' croque italien	4
Big' croque vert	4
Biscuit avoine et chocolat	40
Biscuit avoine et confiture	40
Brioche croustillante	44
Brownies au nougat	30
Caramel au beurre salé	28
Clafoutis aux cerises	42
Croustillant kouign amann	50
Crunch cheesecake	36
Empanada de thon	12
Far antillais aux pêches	52
Far aux poires et amandes	52
Far aux pruneaux	52
Fougasse au chorizo	24
Fougasse aux oignons	24
Fougasse olives et lardons	24
Fougasse romarin et parmesan	24

Gâteau choc'	34
Gâteau poires au vin	46
Lasagnes de crêpes d'automne	16
Lasagnes végétariennes	18
Millefeuille de légumes	26
Noisettine abricot	32
Pastilla de poulet au curry	22
Pâte à crêpes	16
Pistou	26
Pommes caramel en brioche	28
Quiche méditerranéenne sans pâte	14
Tarte aux fruits rouges, parfum d'orange	48
Tarte aux poireaux et pomelos	20
Tarte épinards et feta	8
Tarte polenta et mangue	38
Tortilla bicolore	10
Tourte anti-gaspi	6
Whities	30

Tupperware France

Tél: 01 41 39 24 24

Tous droits réservés pour tous pays Tupperware France

Photos: Caroleine Faccoli

Stylisme: Manuela Chantepie

Création graphique: Cécile Lisbonis

Impression: La Ferme

Avec la collaboration de:

Alexandra Merino Montero, Françoise Spriniger (recettes) et Clarisse Tauzin (édisons) Tupperware France.

Sous réserve d'erreur d'impression - N°TX4630 - Dépôt 4^e trimestre 2017.

Tupperware se réserve le droit de modifier sans préavis les couleurs 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.



4 COINS À PARTAGER

"4 Coins à partager" en famille ou entre amis, pour que cuisiner rime avec plaisir.

Partager des recettes intemporelles ou revisitées comme le Big croque vert, l'empanada de thon, la tarte aux poireaux et pomelos, le Crunch cheesecake, le far aux pruneaux, le croustillant Kouign-Amann...

Des recettes simples et rapides pour des moments de convivialité et de partage !

Tupperware

Rejoignez-nous     et sur www.tupperware.fr