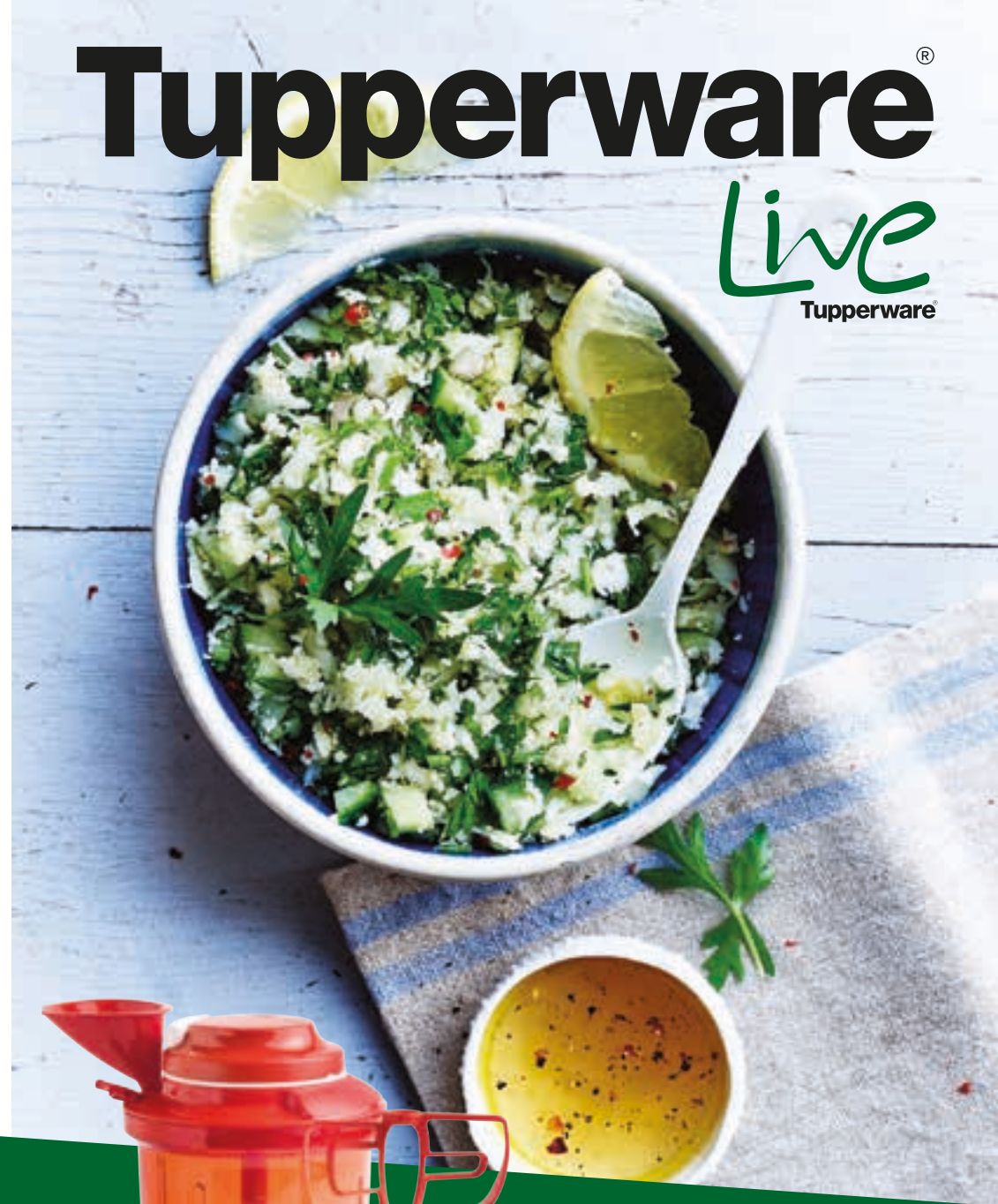


Tupperware®

Live
Tupperware®



Tupperware®

T-362 LV Rezervētas tiesības uz iespējamām drukas kļūdām un izmaiņām.

EXTRACHEF



Mūsu Laika taupītāju sērijā ir arī ātrais smalcinātājs un ātrais smalcinātājs-putotājs, kas ir mazākas **ExtraChef** versijas.



Putošanas
ieliktnis putošanai.

Tilpums: 1,35 L.
Maks. līmenis 800 ml.

EXTRACHEF

ExtraChef ir ātrs risinājums, kad jāsmalcina, jāputo un jāmaisa – turklāt bez elektriskās strāvas.

ExtraChef veic vairākas funkcijas un bez grūtībām aizstāj elektrisko virtuves kombainu.

Ar izliektiem asiem asmeņiem, kas ātri sasmalcina dārzeņus, zaļumus un augļus, un ar putošanas slotiņu, kas maisa un puto, **ExtraChef** virtuvē ir neaizvietoama ierīce.

Maltīte vienam vai vairākiem. Saputojiet mērci veselai kompānijai. Sakapājiet nedaudz piedevu tikai sev vai papildiniet lazanju ar bagātīgu daudzumu dārzeņu, ko acumirkļi sasmalcināsi ar **ExtraChef**.

Saputojiet pankūku mīklu, pagatavojiet savu humusu – **ExtraChef** lieliski atvieglo darbu.

Piltuve ar
mērvienībām.

Naži smalcināšanai un
blenderēšanai.
Tos nedrīkst
mazgāt trauku
mazgājamajā
mašīnā.

Vāku veido 3 daļas:
virsējais vāks, ko veido 2 daļas: augšējā ar iebūvētu
vilkšanas mehānismu (šo daļu nedrīkst mazgāt trauku
mazgājamajā mašīnā); apakšējā ar iebūvētu bloķēšanas
sistēmu, kas nodrošina to, ka lietojuma laikā vāks turas
stingri; kā arī apakšējā daļa, kurā lietojuma laikā tiek
iestiprināts virsējais vāks.

Nažu aizsargs,
lai pasargātu
pirkstus laikā,
kad **ExtraChef**
netiek lietots.

Izmantojiet **ExtraChef**
kopā ar Speedy Chef
vāku, lai saputotu
olu baltumus,
putukrējumu
vai omleti.



BIEZĀS PANKŪKAS AR SALDAJĒM KARTUPELĒM

SAGATAVOŠANA: 10 MIN.

PAGATAVOŠANA: 20 MIN. AR 600 VATU JAUDU UN 15 MIN. CEPŠANAI
SASTĀVDAĻAS, 20 – 25 BIEZAJĀM PANKŪKĀM

250 g saldo kartupeļu
2 olas
100 ml miltu
1 ēdamk. piena
Sāls un pipari
1 tējķ. rozmarīna
Oliveļļa cepšanai

1. Nomizojiet un nomazgājiet
saldos kartupeļus, sagrieziet
mazākos gabaliņos.

2. Ielejiet 400 ml ūdens Micro-
Gourmet ūdens paplātē. Ielieciet

saldos kartupeļus sietā,
uzlieciet vāku un gatavojiet 20
min. ar 600 vatu jaudu. Ļaujiet
kartupeļiem 10 min. pastāvēt.
Izņemiet tos no sietā un ļaujiet
5 min. atdzist.

3. Izmantojot **ExtraChef**,
samaisiet saldus kartupeļus ar
pārējām sastāvdaļām (izņemot
eļļu). Nepieciešamības gadī-
jumā pielāgojiet konsistenci,
pielejot vēl nedaudz piena.

4. Uzsildiet pannā eļļu, ar
ēdamkaroti izveidojiet nelielas
biezās pankūkas un apcepiet
tās no abām pusēm zeltaini
brūnas.

Var pasniegt:

- kā uzskodu ar humusu, gva-
kamoli, kūpinātu lasi, svaigā
krējuma mērci u. tml.
- kā piedevu pie dārzeņiem.

PILDĪTĀS PAPRIKAS

SAGATAVOŠANA: 15 MIN.

PAGATAVOŠANA: 40 MIN. 220°C TEMPERATŪRĀ
SASTĀVDAĻAS 4 – 6 PERSONĀM

10 paprikas (150 – 200 g katra)
500 g tomātu
1 sīpols
2 ķiploka daiviņas
4 – 5 pētersiļa zariņi
100 g melno olīvu bez kauliņiem
400 g fetas siera, gabaliņos
150 g (300 – 400 ml) rīvmaizes
1 tējķ. timiāna
½ tējķ. raudenes
Sāls un pipari
2 ēdamk. oliveļļas

1. Izņemiet no cepeškrāsns
ceпамrežģi un uzsildiet
cepeškrāsni līdz 220°C
temperatūrai.

2. Nogrieziet 8 paprikām augšu,
izņemiet sēklas un auglenīcu.
Atlieciet augšpusītes malā
vēlākam lietojumam. Salieciet
paprikas UltraPro taisnstūra
3,3 l traukā.

3. Pārgrieziet tomātus uz
pusēm un izņemiet sēklas.
Izņemiet sēklas un auglenīcas
no atlikušajām 2 paprikām.

4. Salieciet paprikas, tomātus,
sīpolu, ķiploku, pētersiļus un
olīvas **ExtraChef** ar asmeņu
ieliktni un sasmalciniet.

5. Pārlieciet maisījumu bļodā
un iemaisiet tajā fetas sieru,
rīvmaizi un garšvielas.

6. Piepildiet 8 paprikas ar šo
maisījumu un uzlieciet virsū
papriku augšdaļas. Apšlakiet
paprikas ar eļļu un cepiet tās
apm. 40 min. 220°C temperatūrā.

Padoms

Pasniedziet ar zaļajiem
salātiem vai kā
piedevu pie gaļas.



ZIEDKĀPOSTU KUSKUSS

VISTAS KARIJS

SAGATAVOŠANA: 10 MIN.
SASTĀVDAĻAS 4 – 6 PERSONĀM

500 g ziedkāpostu
½ gurķa
2 šalotes sīpoli
1 buntīte zaļumu (piparmētras,
pētersīļi vai kārveles)
3 ēdamk. olīveļļas
2 ēdamk. citronu sulas
Sāls un pipari

1. 2 piegājienos sasmalciniet ziedkāpostus **ExtraChef**, līdz to struktūra līdzinās kuskusa struktūrai, un pārberiet ziedkāpostus bļodā.
2. Izņemiet sēklas no gurķa, notīriet šalotes sīpolus un sagrieziet visu mazākos gabaliņos.
3. Sasmalciniet gurķi, sīpolus un zaļumus **ExtraChef** un ieberiet bļodā ar ziedkāpostiem.

4. Nomainiet asmeņu ieliktni ar putošanas slotiņu, ielejiet olīveļļu, citronu sulu, pieberiet sāli un piparus un samaisiet.

5. Pārlejiet ziedkāpostus ar šo maisījumu un labi samaisiet. Ielieciet ziedkāpostu kuskusu ledusskapī uz 30 min. pirms pasniegšanas.

SAGATAVOŠANA: 10 MIN.
PAGATAVOŠANA: 18 MIN.
AR 600 VATU JAUDU
SASTĀVDAĻAS 6 PERSONĀM

200 g sīpolu
2 ķiploka daiviņas
2 ēdamk. olīveļļas
800 g vistas krūtiņas
250 ml kokosriekstu piena
1 maza kārba mizotu tomātu
(apm. 200 g)
1 ēdamk. karija pulvera
Sāls un pipari
10 žāvētas aprikozes/vīģes

1. Sasmalciniet sīpolus un ķiplokus **ExtraChef** un pārļieciet MicroCook apaļajā 2,25 l traukā kopā ar olīveļļu. Uzlieciet vāku un gatavojiet 3 min. ar 600 vatu jaudu.
2. Sagrieziet vistu mazākos gabaliņos un pārgrieziet aprikozes uz pusēm.
3. Salieciet to MicroCook kopā ar pārējām sastāvdaļām un gatavojiet krāsnī 15 min. ar 600 vatu jaudu. Kad puse laika pagājusi, apmaisiet. Pirms pasniegšanas ļaujiet ēdienam 5 min. pastāvēt.



Padoms

Ziedkāpostu var aizstāt vai ar brokoļu ar brokoļiem vai sarkanajām bietēm.





ĀTRĀ PICA

SAGATAVOŠANA: 10 MIN.

PAGATAVOŠANA: 25 – 30 MIN. 220°C TEMPERATŪRĀ

SASTĀVDAĻAS 1 – 2 PERSONĀM

75 ml piena
50 ml saulespuķu eļļas
1 ola
½ tējk. cepamā pulvera
150 ml miltu
Sāls un pipari
2 tējk. eļļas UltraPro
iezīšanai

Garnēšanai

50 g šķiņķa
50 g rīveta siera
1 šķipsna kaltētas raudenes
Pēc izvēles: 40 g šampinjonu

1. Izņemiet no cepeškrāsns cepamreģģi un uzsildiet cepeškrāsni līdz 220°C temperatūrai.

2. Norādītajā secībā beriet visas picas mīklas sastāvdaļas **ExtraChef** ar putošanas slotiņu un samaisiet mīklu.

3. Ieziediet UltraPro 2 l trauka vāku ar eļļu un pārlieciet mīklu tur. Izlīdziniet ar silikona lāpstiņu.

4. Sagrieziet šķiņķi mazos gabaliņos, šampinjonus – plānās šķēlītēs un pārklāiet ar tiem mīklu. Pārkaisiet ar sieru un raudeni, uzlieciet virsū UltraPro pamatni un cepiet 15 min. cepeškrāsns zemākajā līmenī. Noņemiet trauka pamatni un cepiet vēl 10 – 15 min.

TUNČA KĒKSIŅI

SAGATAVOŠANA: 10 MIN.

PAGATAVOŠANA: 25 MIN. 180°C TEMPERATŪRĀ

SASTĀVDAĻAS 6 KĒKSIŅIEM

1 ķiploka daiviņa
1 šalotes sīpols
½ buntīte pētersīļu
140 g tunča konservu (eļļā vai savā sulā)
50 ml olīveļļas
1 ola
100 ml svaigā krējuma/
islandiešu jogurta/grieķu jogurta
2 tējk. karija
2 tējk. koriandra
100 ml miltu
1 tējk. cepamā pulvera
Sāls un pipari

1. Izņemiet no cepeškrāsns cepamreģģi un uzkaršējiet cepeškrāsni līdz 180°C temperatūrai.

2. Sasmalciniet ķiploku, sīpolu un pētersīļus **ExtraChef** ar asmeņu ieliktni.

3. Pievienojiet tunci un turpiniet smalcināšanu.

4. Pievienojiet pārējās sastāvdaļas un smalciniet vēl, līdz konsistence ir viendabīga.

5. Uzlieciet uz cepeškrāsns režģa silikona ķeksu formu un sadaliet tunča masu pa atsevišķajām formiņām.

6. Cepiet aptuveni 25 min. 180°C temperatūrā.

Pasniedziet siltus vai aukstus pie labiem salātiem.

Padoms

Pievienojiet mīklai citrona sulu vai sinepes, vai jūsu iecienītākās garšvielas.



Padoms:

Šo krēmu un visas variācijas var pasniegt ar: svaigiem augļiem; saldējumu; šokolādes gabaliņiem; drupinātiem cepumiem.



DESERTA KRĒMS VISAI NEDĒĻAI

SAGATAVOŠANA: 10 MIN.

PAGATAVOŠANA: 6 MIN. AR 600 VATU JAUDU

NOGAIDĪŠANA: APM. 2 STUNDAS

SASTĀVDAĻAS 4 PERSONĀM

1 vaniļas pāksts
3 olu dzeltenumi
125 ml cukura
500 ml piena (istabas temperatūrā)
2 ēdamk. kukurūzas cietes

1. Pārgrieziet vaniļas pāksti gareniski un izskrāpējiet vaniļas graudiņus.

2. Saputojiet olu dzeltenumus ar cukuru gandrīz baltus ar putošanas slotiņu MicroCook 1 l krūzē.

3. Ielejiet pienu, vaniļas graudiņus un kukurūzas cieti **ExtraChef** ar putošanas slotiņu un rūpīgi saputojiet. Ļaujiet maisījumam 1 min. pastāvēt un putojiet vēl.

4. Pārlejiet piena maisījumu krūzē un putojiet vēl, tad uzlieciet vāku un gatavojiet 6 min. ar 600 vatu jaudu. Kad puse laika pagājusi, apmaisiet.

5. Pasniedziet atdzesētu.

Viens krēms ar 7 atšķirīgām variācijām, pa vienai katrai nedēļas dienai.

Padoms:

Vaniļas graudiņus var aizstāt ar:

vienu ļoti stipru espresso vai 1 tēj. kafijas ekstrakta 75 g lazdu riekstu miltu 50 g sakapātu pistāciju 1 tēj. kanēļa 75 g zemesriekstu sviesta **(kā pēdējo pievieno vēl siltam krēmam)** 100 g tumšās šokolādes **(salauž mazākos gabaliņos un kā pēdējo pievieno vēl siltam krēmam)**

ĀBOLU SALDĒJUMS AR PEKANRIEKSTIEM

SAGATAVOŠANA: 20 MIN.

PAGATAVOŠANA: 8 MIN. AR 600 VATU JAUDU

SASALDĒŠANA: 8 STUNDAS

SASTĀVDAĻAS 6 PERSONĀM

600 g ābolu
1 tēj. citronu sulas
3 ēdamk. brūnā cukura
1 ēdamk. ūdens

100 g iebiezinātā piena ar cukuru
150 ml saldā krējuma, ļoti auksta
50 g pekanriekstu vai citu riekstu

1. Nomizojiet ābolus, izņemiet serdes un sagrieziet mazākos gabaliņos.

2. Ieberiet ābolus MicroCook krūzē 1 l kopā ar citronu sulu, brūno cukuru un ūdeni.

Apmaisiet, uzlieciet vāku un gatavojiet mikroviļņu krāsnī 8 min. ar 600 vatu jaudu. Kad puse laika pagājusi, apmaisiet. Ļaujiet āboliem pilnībā atdzist.

3. Pārlejiet MicroCook krūzes 1 l saturu **ExtraChef** un maisiet, līdz iegūstat viendabīgu konsistenci. Pievienojiet kondensēto pienu un atkal samaisiet.

4. Saputojiet auksto saldo krējumu stingrās putās ar Speedy Chef II.

5. Uzmanīgi iecilājiet maisījumu no **ExtraChef** putukrējumā, izmantojot silikona lāpstiņu, un pēc tam pievienojiet pekanriekstus.

6. Pārlieciet maisījumu FreezerSmart zemajā 1 l traukā, uzlieciet vāku un ievietojiet saldējumu saldētavā vismaz uz 8 stundām.

7. Lai iegūtu labu konsistenci, izņemiet saldējumu no saldētavas 10 – 15 min. pirms pasniegšanas.

