

SAUCE CRÉMEUSE AU CARI

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème sure
non écrémée

1 c. à soupe d'huile d'olive
extra-vierge

1 ½ c. à thé de jus de citron frais

¼ c. à thé de cumin moulu

¼ c. à thé de curcuma moulu

¼ c. à thé de cannelle moulue

½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème sure, l'huile d'olive, le jus de citron, le cumin, le curcuma, la cannelle et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE AU CARI

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème sure
non écrémée

1 c. à soupe d'huile d'olive
extra-vierge

1 ½ c. à thé de jus de citron frais

¼ c. à thé de cumin moulu

¼ c. à thé de curcuma moulu

¼ c. à thé de cannelle moulue

½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème sure, l'huile d'olive, le jus de citron, le cumin, le curcuma, la cannelle et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE AU CARI

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème sure
non écrémée

1 c. à soupe d'huile d'olive
extra-vierge

1 ½ c. à thé de jus de citron frais

¼ c. à thé de cumin moulu

¼ c. à thé de curcuma moulu

¼ c. à thé de cannelle moulue

½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème sure, l'huile d'olive, le jus de citron, le cumin, le curcuma, la cannelle et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE AU CARI

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème sure
non écrémée

1 c. à soupe d'huile d'olive
extra-vierge

1 ½ c. à thé de jus de citron frais

¼ c. à thé de cumin moulu

¼ c. à thé de curcuma moulu

¼ c. à thé de cannelle moulue

½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème sure, l'huile d'olive, le jus de citron, le cumin, le curcuma, la cannelle et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE DIJON ET ESTRAGON

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¼ de tasse de bouillon de poulet
½ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de moutarde de Dijon
1 c. à thé d'estragon séché
½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le bouillon de poulet, la crème, la moutarde de Dijon, l'estragon et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE DIJON ET ESTRAGON

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¼ de tasse de bouillon de poulet
½ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de moutarde de Dijon
1 c. à thé d'estragon séché
½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le bouillon de poulet, la crème, la moutarde de Dijon, l'estragon et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE DIJON ET ESTRAGON

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¼ de tasse de bouillon de poulet
½ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de moutarde de Dijon
1 c. à thé d'estragon séché
½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le bouillon de poulet, la crème, la moutarde de Dijon, l'estragon et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE DIJON ET ESTRAGON

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¼ de tasse de bouillon de poulet
½ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de moutarde de Dijon
1 c. à thé d'estragon séché
½ c. à thé de sel kasher

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le bouillon de poulet, la crème, la moutarde de Dijon, l'estragon et le sel. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE TOMATE- RAIFORT

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de raifort préparé
3 c. à soupe de pâte de tomates
2 c. à thé du Sauce Worcestershire
½ c. à thé de sel kasher
¼ c. à thé de poivre noir concassé
1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème, le raifort, la pâte de tomate, la sauce Worcestershire, le sel, le poivre et le persil. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE TOMATE- RAIFORT

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de raifort préparé
3 c. à soupe de pâte de tomates
2 c. à thé du Sauce Worcestershire
½ c. à thé de sel kasher
¼ c. à thé de poivre noir concassé
1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème, le raifort, la pâte de tomate, la sauce Worcestershire, le sel, le poivre et le persil. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE TOMATE- RAIFORT

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de raifort préparé
3 c. à soupe de pâte de tomates
2 c. à thé du Sauce Worcestershire
½ c. à thé de sel kasher
¼ c. à thé de poivre noir concassé
1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème, le raifort, la pâte de tomate, la sauce Worcestershire, le sel, le poivre et le persil. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CRÉMEUSE TOMATE- RAIFORT

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

¾ tasse de crème épaisse
3 c. à soupe de raifort préparé
3 c. à soupe de pâte de tomates
2 c. à thé du Sauce Worcestershire
½ c. à thé de sel kasher
¼ c. à thé de poivre noir concassé
1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer la crème, le raifort, la pâte de tomate, la sauce Worcestershire, le sel, le poivre et le persil. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHEDDAR À L'AIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar fort râpé
- 2 c à soupe d'amidon de maïs, divisé
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, pelées et émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, remuer le fromage et 1 c. à soupe d'amidon de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre et l'ail. Mettre au four micro-ondes pendant 45 secondes. Ajouter en remuant la crème, le sel, le poivre, le jus de citron et l'amidon de maïs restant. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le fromage et remuer jusqu'à consistance homogène.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHEDDAR À L'AIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar fort râpé
- 2 c à soupe d'amidon de maïs, divisé
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, pelées et émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, remuer le fromage et 1 c. à soupe d'amidon de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre et l'ail. Mettre au four micro-ondes pendant 45 secondes. Ajouter en remuant la crème, le sel, le poivre, le jus de citron et l'amidon de maïs restant. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le fromage et remuer jusqu'à consistance homogène.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHEDDAR À L'AIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar fort râpé
- 2 c à soupe d'amidon de maïs, divisé
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, pelées et émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, remuer le fromage et 1 c. à soupe d'amidon de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre et l'ail. Mettre au four micro-ondes pendant 45 secondes. Ajouter en remuant la crème, le sel, le poivre, le jus de citron et l'amidon de maïs restant. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le fromage et remuer jusqu'à consistance homogène.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHEDDAR À L'AIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar fort râpé
- 2 c à soupe d'amidon de maïs, divisé
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, pelées et émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, remuer le fromage et 1 c. à soupe d'amidon de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre et l'ail. Mettre au four micro-ondes pendant 45 secondes. Ajouter en remuant la crème, le sel, le poivre, le jus de citron et l'amidon de maïs restant. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le fromage et remuer jusqu'à consistance homogène.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU BEURRE À L'AIL ET FINES HERBES

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 45 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- 4 gousses d'ail, pelées et émincées
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅓ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c. à soupe de basilic frais haché
- 1 c. à soupe de persil frais haché
- ½ c. à soupe de thym frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre, l'ail, le sel et le poivre. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes ou jusqu'à ce le beurre soit fondu.
2. Retirer du four micro-ondes; ajouter les herbes et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU BEURRE À L'AIL ET FINES HERBES

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 45 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- 4 gousses d'ail, pelées et émincées
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅓ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c. à soupe de basilic frais haché
- 1 c. à soupe de persil frais haché
- ½ c. à soupe de thym frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre, l'ail, le sel et le poivre. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes ou jusqu'à ce le beurre soit fondu.
2. Retirer du four micro-ondes; ajouter les herbes et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU BEURRE À L'AIL ET FINES HERBES

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 45 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- 4 gousses d'ail, pelées et émincées
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅓ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c. à soupe de basilic frais haché
- 1 c. à soupe de persil frais haché
- ½ c. à soupe de thym frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre, l'ail, le sel et le poivre. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes ou jusqu'à ce le beurre soit fondu.
2. Retirer du four micro-ondes; ajouter les herbes et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU BEURRE À L'AIL ET FINES HERBES

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 45 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- 4 gousses d'ail, pelées et émincées
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅓ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c. à soupe de basilic frais haché
- 1 c. à soupe de persil frais haché
- ½ c. à soupe de thym frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, mettre le beurre, l'ail, le sel et le poivre. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes ou jusqu'à ce le beurre soit fondu.
2. Retirer du four micro-ondes; ajouter les herbes et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE VERTE À LA MANGUE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de morceaux de mangue fraîche ou décongelée
- 3 petites tomates pelées et rincées
- 2 c. à soupe de jus de lime frais
- 1 c. à soupe de cassonade
- ¼ c. à thé de cumin moulu
- ¼ c. à thé de paprika
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter la mangue, les tomates, le jus de lime, la cassonade, le cumin, le paprika, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien émietté.
2. Transférer les ingrédients dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
3. Retirer du four et remuer; remettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE VERTE À LA MANGUE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de morceaux de mangue fraîche ou décongelée
- 3 petites tomates pelées et rincées
- 2 c. à soupe de jus de lime frais
- 1 c. à soupe de cassonade
- ¼ c. à thé de cumin moulu
- ¼ c. à thé de paprika
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter la mangue, les tomates, le jus de lime, la cassonade, le cumin, le paprika, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien émietté.
2. Transférer les ingrédients dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
3. Retirer du four et remuer; remettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE VERTE À LA MANGUE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de morceaux de mangue fraîche ou décongelée
- 3 petites tomates pelées et rincées
- 2 c. à soupe de jus de lime frais
- 1 c. à soupe de cassonade
- ¼ c. à thé de cumin moulu
- ¼ c. à thé de paprika
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter la mangue, les tomates, le jus de lime, la cassonade, le cumin, le paprika, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien émietté.
2. Transférer les ingrédients dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
3. Retirer du four et remuer; remettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE VERTE À LA MANGUE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de morceaux de mangue fraîche ou décongelée
- 3 petites tomates pelées et rincées
- 2 c. à soupe de jus de lime frais
- 1 c. à soupe de cassonade
- ¼ c. à thé de cumin moulu
- ¼ c. à thé de paprika
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter la mangue, les tomates, le jus de lime, la cassonade, le cumin, le paprika, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien émietté.
2. Transférer les ingrédients dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
3. Retirer du four et remuer; remettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE ÉRABLE ET GINGEMBRE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de jus d'orange
- 3 c. à soupe de sirop d'érable
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 2 c. à soupe d'échalote émincée
- 1 c. à thé de gingembre frais haché
- ½ c. à thé d'ail frais émincé
- ¼ c. à thé de sel kasher
- 1 c à soupe d'amidon de maïs

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le jus d'orange, le sirop d'érable, le vinaigre, l'échalote, le gingembre, l'ail, le sel et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE ÉRABLE ET GINGEMBRE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de jus d'orange
- 3 c. à soupe de sirop d'érable
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 2 c. à soupe d'échalote émincée
- 1 c. à thé de gingembre frais haché
- ½ c. à thé d'ail frais émincé
- ¼ c. à thé de sel kasher
- 1 c à soupe d'amidon de maïs

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le jus d'orange, le sirop d'érable, le vinaigre, l'échalote, le gingembre, l'ail, le sel et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE ÉRABLE ET GINGEMBRE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de jus d'orange
- 3 c. à soupe de sirop d'érable
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 2 c. à soupe d'échalote émincée
- 1 c. à thé de gingembre frais haché
- ½ c. à thé d'ail frais émincé
- ¼ c. à thé de sel kasher
- 1 c à soupe d'amidon de maïs

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le jus d'orange, le sirop d'érable, le vinaigre, l'échalote, le gingembre, l'ail, le sel et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE ÉRABLE ET GINGEMBRE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- ¾ tasse de jus d'orange
- 3 c. à soupe de sirop d'érable
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 2 c. à soupe d'échalote émincée
- 1 c. à thé de gingembre frais haché
- ½ c. à thé d'ail frais émincé
- ¼ c. à thé de sel kasher
- 1 c à soupe d'amidon de maïs

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le jus d'orange, le sirop d'érable, le vinaigre, l'échalote, le gingembre, l'ail, le sel et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer et remuer; mettre au four micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

BEURRE À L'ORANGE ET AU PERSIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- ¼ tasse de jus d'orange, divisé
- 2 gousses d'ail, pelées et émincées
- 2 c. à soupe de vin blanc
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅙ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c à soupe d'amidon de maïs
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le beurre, une ½ tasse du jus d'orange, l'ail, le vin, le sel, le poivre et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer du micro-ondes et remuer. Mettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le jus d'orange, le vinaigre et le persil restant et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

BEURRE À L'ORANGE ET AU PERSIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- ¼ tasse de jus d'orange, divisé
- 2 gousses d'ail, pelées et émincées
- 2 c. à soupe de vin blanc
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅙ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c à soupe d'amidon de maïs
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le beurre, une ½ tasse du jus d'orange, l'ail, le vin, le sel, le poivre et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer du micro-ondes et remuer. Mettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le jus d'orange, le vinaigre et le persil restant et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

BEURRE À L'ORANGE ET AU PERSIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- ¼ tasse de jus d'orange, divisé
- 2 gousses d'ail, pelées et émincées
- 2 c. à soupe de vin blanc
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅙ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c à soupe d'amidon de maïs
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le beurre, une ½ tasse du jus d'orange, l'ail, le vin, le sel, le poivre et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer du micro-ondes et remuer. Mettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le jus d'orange, le vinaigre et le persil restant et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

BEURRE À L'ORANGE ET AU PERSIL

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

- 4 c. à soupe de beurre salé
- ¼ tasse de jus d'orange, divisé
- 2 gousses d'ail, pelées et émincées
- 2 c. à soupe de vin blanc
- ¼ c. à thé de sel kasher
- ⅙ c. à thé de poivre noir concassé
- 1 c à soupe d'amidon de maïs
- ½ c. à thé de vinaigre blanc
- 1 c. à soupe de persil haché

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, remuer le beurre, une ½ tasse du jus d'orange, l'ail, le vin, le sel, le poivre et l'amidon de maïs. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.
2. Retirer du micro-ondes et remuer. Mettre au micro-ondes à puissance élevée 45 secondes de plus.
3. Retirer du micro-ondes; ajouter le jus d'orange, le vinaigre et le persil restant et remuer.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE FÉTA AUX POIVRONS ROUGES RÔTIS

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

INGRÉDIENTS :

- 2 poivrons rouges rôtis, hachés grossièrement
- 3 c. à soupe de féta émietté
- 1 c. à soupe de pâte de tomates
- 3 gousses d'ail, pelées
- ¼ c. à thé d'origan séché
- ½ c. à thé de romarin frais émincé
- ½ tasse de crème épaisse
- 1 c. à thé de vinaigre blanc
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, mélanger les poivrons rouges, le féta, la pâte de tomates, l'ail, l'origan, le romarin, la crème, le vinaigre, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde pour réduire en purée.
2. Transférer le mélange au Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et remettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE FÉTA AUX POIVRONS ROUGES RÔTIS

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

INGRÉDIENTS :

- 2 poivrons rouges rôtis, hachés grossièrement
- 3 c. à soupe de féta émietté
- 1 c. à soupe de pâte de tomates
- 3 gousses d'ail, pelées
- ¼ c. à thé d'origan séché
- ½ c. à thé de romarin frais émincé
- ½ tasse de crème épaisse
- 1 c. à thé de vinaigre blanc
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, mélanger les poivrons rouges, le féta, la pâte de tomates, l'ail, l'origan, le romarin, la crème, le vinaigre, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde pour réduire en purée.
2. Transférer le mélange au Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et remettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE FÉTA AUX POIVRONS ROUGES RÔTIS

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

INGRÉDIENTS :

- 2 poivrons rouges rôtis, hachés grossièrement
- 3 c. à soupe de féta émietté
- 1 c. à soupe de pâte de tomates
- 3 gousses d'ail, pelées
- ¼ c. à thé d'origan séché
- ½ c. à thé de romarin frais émincé
- ½ tasse de crème épaisse
- 1 c. à thé de vinaigre blanc
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, mélanger les poivrons rouges, le féta, la pâte de tomates, l'ail, l'origan, le romarin, la crème, le vinaigre, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde pour réduire en purée.
2. Transférer le mélange au Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et remettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE FÉTA AUX POIVRONS ROUGES RÔTIS

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

INGRÉDIENTS :

- 2 poivrons rouges rôtis, hachés grossièrement
- 3 c. à soupe de féta émietté
- 1 c. à soupe de pâte de tomates
- 3 gousses d'ail, pelées
- ¼ c. à thé d'origan séché
- ½ c. à thé de romarin frais émincé
- ½ tasse de crème épaisse
- 1 c. à thé de vinaigre blanc
- ¾ c. à thé de sel kasher
- ¼ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, mélanger les poivrons rouges, le féta, la pâte de tomates, l'ail, l'origan, le romarin, la crème, le vinaigre, le sel et le poivre. Couvrir et tirer la corde pour réduire en purée.
2. Transférer le mélange au Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et remettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AIGRE-DOUCE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

¼ tasse de jus d'orange

2 c. à thé d'amidon de maïs

¼ tasse de pâte de tomates

2 c. à thé de vinaigre de cidre de
pomme

1 c. à soupe de Sauce
Worcestershire

¼ tasse de sucre granulé

¼ c. à thé de sel kasher

⅛ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, fouetter ensemble le jus d'orange et l'amidon de maïs. Ajouter en remuant la pâte de tomates, le vinaigre, la sauce Worcestershire, le sucre, le sel et le poivre.

Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.

2. Retirer et remuer. Mettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AIGRE-DOUCE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

¼ tasse de jus d'orange

2 c. à thé d'amidon de maïs

¼ tasse de pâte de tomates

2 c. à thé de vinaigre de cidre de
pomme

1 c. à soupe de Sauce
Worcestershire

¼ tasse de sucre granulé

¼ c. à thé de sel kasher

⅛ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, fouetter ensemble le jus d'orange et l'amidon de maïs. Ajouter en remuant la pâte de tomates, le vinaigre, la sauce Worcestershire, le sucre, le sel et le poivre.

Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.

2. Retirer et remuer. Mettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AIGRE-DOUCE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

¼ tasse de jus d'orange

2 c. à thé d'amidon de maïs

¼ tasse de pâte de tomates

2 c. à thé de vinaigre de cidre de
pomme

1 c. à soupe de Sauce
Worcestershire

¼ tasse de sucre granulé

¼ c. à thé de sel kasher

⅛ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, fouetter ensemble le jus d'orange et l'amidon de maïs. Ajouter en remuant la pâte de tomates, le vinaigre, la sauce Worcestershire, le sucre, le sel et le poivre.

Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.

2. Retirer et remuer. Mettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AIGRE-DOUCE

Donne : 1 ¼ tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

¼ tasse de jus d'orange

2 c. à thé d'amidon de maïs

¼ tasse de pâte de tomates

2 c. à thé de vinaigre de cidre de
pomme

1 c. à soupe de Sauce
Worcestershire

¼ tasse de sucre granulé

¼ c. à thé de sel kasher

⅛ c. à thé de poivre noir concassé

INSTRUCTIONS :

1. Dans Le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, fouetter ensemble le jus d'orange et l'amidon de maïs. Ajouter en remuant la pâte de tomates, le vinaigre, la sauce Worcestershire, le sucre, le sel et le poivre.

Mettre au four micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes.

2. Retirer et remuer. Mettre au four micro-ondes 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AUX TOMATILLES RÔTIES

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
1/2 petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
1 c. à soupe d'huile d'olive
1/4 tasse de bouillon de poulet

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril du four sur fort.
2. Sur une plaque pour le four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et l'huile. Mettre la plaque dans le four. Cuire pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Ajouter le bouillon de poulet. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AUX TOMATILLES RÔTIES

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
1/2 petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
1 c. à soupe d'huile d'olive
1/4 tasse de bouillon de poulet

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril du four sur fort.
2. Sur une plaque pour le four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et l'huile. Mettre la plaque dans le four. Cuire pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Ajouter le bouillon de poulet. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AUX TOMATILLES RÔTIES

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
1/2 petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
1 c. à soupe d'huile d'olive
1/4 tasse de bouillon de poulet

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril du four sur fort.
2. Sur une plaque pour le four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et l'huile. Mettre la plaque dans le four. Cuire pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Ajouter le bouillon de poulet. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AUX TOMATILLES RÔTIES

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
1/2 petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
1 c. à soupe d'huile d'olive
1/4 tasse de bouillon de poulet

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril du four sur fort.
2. Sur une plaque pour le four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et l'huile. Mettre la plaque dans le four. Cuire pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Ajouter le bouillon de poulet. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHIPOTLE CRÉMEUSE

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

Boîte de 4 oz/115 g de chipotle
en sauce adobo
2 c. à soupe de sauce adobo
(réservée de la boîte)
1 tasse de crème épaisse
½ tasse de bouillon de poulet
½ c. à thé de sel kasher
4 gousses d'ail, épluchées

INSTRUCTIONS :

1. Transférer les piments chipotle dans une passoire et les rincer à l'eau froide du robinet; réserver 2 c. à soupe de sauce adobo.
2. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les piments chipotle, l'adobo réservé, la crème, le bouillon de poulet, le sel et l'ail. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHIPOTLE CRÉMEUSE

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

Boîte de 4 oz/115 g de chipotle
en sauce adobo
2 c. à soupe de sauce adobo
(réservée de la boîte)
1 tasse de crème épaisse
½ tasse de bouillon de poulet
½ c. à thé de sel kasher
4 gousses d'ail, épluchées

INSTRUCTIONS :

1. Transférer les piments chipotle dans une passoire et les rincer à l'eau froide du robinet; réserver 2 c. à soupe de sauce adobo.
2. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les piments chipotle, l'adobo réservé, la crème, le bouillon de poulet, le sel et l'ail. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHIPOTLE CRÉMEUSE

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

Boîte de 4 oz/115 g de chipotle
en sauce adobo
2 c. à soupe de sauce adobo
(réservée de la boîte)
1 tasse de crème épaisse
½ tasse de bouillon de poulet
½ c. à thé de sel kasher
4 gousses d'ail, épluchées

INSTRUCTIONS :

1. Transférer les piments chipotle dans une passoire et les rincer à l'eau froide du robinet; réserver 2 c. à soupe de sauce adobo.
2. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les piments chipotle, l'adobo réservé, la crème, le bouillon de poulet, le sel et l'ail. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE CHIPOTLE CRÉMEUSE

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....
INGRÉDIENTS :

Boîte de 4 oz/115 g de chipotle
en sauce adobo
2 c. à soupe de sauce adobo
(réservée de la boîte)
1 tasse de crème épaisse
½ tasse de bouillon de poulet
½ c. à thé de sel kasher
4 gousses d'ail, épluchées

INSTRUCTIONS :

1. Transférer les piments chipotle dans une passoire et les rincer à l'eau froide du robinet; réserver 2 c. à soupe de sauce adobo.
2. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les piments chipotle, l'adobo réservé, la crème, le bouillon de poulet, le sel et l'ail. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA AUX TOMATES RÔTIÉS

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

5 tomates rouges moyennes
(environ 3 pouces de diamètre)
½ petit oignon jaune, épluché,
coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné,
haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
2 c. à thé d'origan déshydraté
2 c. à thé de cumin moulu
Boîte de 4 oz/115 g de piments
verts, en dés
1 c. à soupe d'huile d'olive

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril sur fort.
2. Sur une plaque de four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel, l'origan, le cumin, les piments et l'huile. Mettre la plaque au four. Faire griller pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer le mélange à base de tomates dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA AUX TOMATES RÔTIÉS

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

5 tomates rouges moyennes
(environ 3 pouces de diamètre)
½ petit oignon jaune, épluché,
coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné,
haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
2 c. à thé d'origan déshydraté
2 c. à thé de cumin moulu
Boîte de 4 oz/115 g de piments
verts, en dés
1 c. à soupe d'huile d'olive

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril sur fort.
2. Sur une plaque de four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel, l'origan, le cumin, les piments et l'huile. Mettre la plaque au four. Faire griller pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer le mélange à base de tomates dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA AUX TOMATES RÔTIÉS

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

5 tomates rouges moyennes
(environ 3 pouces de diamètre)
½ petit oignon jaune, épluché,
coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné,
haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
2 c. à thé d'origan déshydraté
2 c. à thé de cumin moulu
Boîte de 4 oz/115 g de piments
verts, en dés
1 c. à soupe d'huile d'olive

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril sur fort.
2. Sur une plaque de four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel, l'origan, le cumin, les piments et l'huile. Mettre la plaque au four. Faire griller pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer le mélange à base de tomates dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA AUX TOMATES RÔTIÉS

Donne : 2 tasses

Préparation : 10 minutes

**Cuisson : 7 minutes +
15 minutes de repos**

INGRÉDIENTS :

5 tomates rouges moyennes
(environ 3 pouces de diamètre)
½ petit oignon jaune, épluché,
coupé en deux
6 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné,
haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
2 c. à thé d'origan déshydraté
2 c. à thé de cumin moulu
Boîte de 4 oz/115 g de piments
verts, en dés
1 c. à soupe d'huile d'olive

INSTRUCTIONS :

1. Préchauffer le gril sur fort.
2. Sur une plaque de four, mélanger les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel, l'origan, le cumin, les piments et l'huile. Mettre la plaque au four. Faire griller pendant 7 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit légèrement grillé. Sortir du four, laisser reposer pendant 15 minutes.
3. Transférer le mélange à base de tomates dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit bien mélangé et presque lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU FROMAGE BLANC

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar blanc, râpé
- 2 c. à soupe de féculé de maïs, divisée
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, épluchées, émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir, concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, mélanger le fromage et 1 c. à soupe de féculé de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, ajouter le beurre et l'ail. Cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes. Incorporer la crème, le beurre, le sel, le poivre, le jus de citron et le reste de la féculé de maïs. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Sortir du micro-ondes, incorporer le fromage jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU FROMAGE BLANC

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar blanc, râpé
- 2 c. à soupe de féculé de maïs, divisée
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, épluchées, émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir, concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, mélanger le fromage et 1 c. à soupe de féculé de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, ajouter le beurre et l'ail. Cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes. Incorporer la crème, le beurre, le sel, le poivre, le jus de citron et le reste de la féculé de maïs. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Sortir du micro-ondes, incorporer le fromage jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU FROMAGE BLANC

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar blanc, râpé
- 2 c. à soupe de féculé de maïs, divisée
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, épluchées, émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir, concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, mélanger le fromage et 1 c. à soupe de féculé de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, ajouter le beurre et l'ail. Cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes. Incorporer la crème, le beurre, le sel, le poivre, le jus de citron et le reste de la féculé de maïs. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Sortir du micro-ondes, incorporer le fromage jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SAUCE AU FROMAGE BLANC

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 75 secondes

INGRÉDIENTS :

- 1 tasse de fromage cheddar blanc, râpé
- 2 c. à soupe de féculé de maïs, divisée
- 2 c. à soupe de beurre salé
- 3 gousses d'ail, épluchées, émincées
- ½ tasse de crème épaisse
- ⅛ c. à thé de sel kasher
- ⅛ c. à thé de poivre noir, concassé
- ⅛ c. à thé de jus de citron frais

INSTRUCTIONS :

1. Dans un petit bol, mélanger le fromage et 1 c. à soupe de féculé de maïs jusqu'à ce que le fromage soit bien enrobé; mettre de côté.
2. Dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL, ajouter le beurre et l'ail. Cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes. Incorporer la crème, le beurre, le sel, le poivre, le jus de citron et le reste de la féculé de maïs. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 30 secondes.
3. Sortir du micro-ondes, incorporer le fromage jusqu'à ce que le tout soit lisse.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA VERTE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
½ petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
4 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
½ tasse de coriandre fraîche, légèrement tassée

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et la coriandre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit émincé finement.
2. Transférer le mélange dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA VERTE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
½ petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
4 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
½ tasse de coriandre fraîche, légèrement tassée

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et la coriandre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit émincé finement.
2. Transférer le mélange dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA VERTE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
½ petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
4 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
½ tasse de coriandre fraîche, légèrement tassée

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et la coriandre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit émincé finement.
2. Transférer le mélange dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR

SALSA VERTE

Donne : 1 tasse

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 90 secondes

.....

INGRÉDIENTS :

6 tomates moyennes, épluchées et rincées, coupées en quartiers
½ petit oignon jaune, épluché, coupé en deux
4 gousses d'ail, épluchées
1 piment poblano, épépiné, haché grossièrement
1 c. à thé de sel kasher
½ tasse de coriandre fraîche, légèrement tassée

INSTRUCTIONS :

1. Dans la base du Système Extra Chef® équipé des lames, ajouter les tomates, l'oignon, l'ail, le piment poblano, le sel et la coriandre. Couvrir et tirer la corde jusqu'à ce que le tout soit émincé finement.
2. Transférer le mélange dans le Micro-pichet de 2 tasses/500 mL. Cuire aux micro-ondes à puissance élevée pendant 45 secondes. Remuer et cuire aux micro-ondes pendant 45 secondes de plus.

Tupperware®

©2017 Tupperware. Tous droits réservés. 2017-0272-37 FR