

MICRO URBAN FAMILY



Tupperware®

LE MICRO URBAN FAMILY

3 PRODUITS EN 1 pour cuire des aliments à la vapeur, des pâtes, du riz ou autres graines grâce aux ondes.

Avec le **Micro Urban family**, cuisinez des repas sains et complets, sans surveillance.



Utilisations

Cuiseur vapeur (a) : viandes, poissons, fruits de mer, légumes, fruits, flans, risottos, gâteaux...

- La Passoire inférieure et Le Couvercle du Micro Urban family sont complètement imperméables aux ondes.
- Le Réservoir est la seule partie du Micro Urban family qui entre en contact avec les ondes. L'eau, obligatoire dans Le Réservoir, est chauffée par Les ondes produisant ainsi très rapidement de la vapeur qui va permettre de cuire le plus naturellement et sainement possible les aliments.

- Placez les aliments volumineux ou plus longs à cuire dans la Passoire inférieure et, si besoin, les aliments plus rapides à cuire ou de plus faible quantité, dans la Passoire supérieure (facultatif). Couvrez avec Le Couvercle vapeur en vous assurant qu'il est bien posé (fermé) et ne laissez pas passer les ondes.

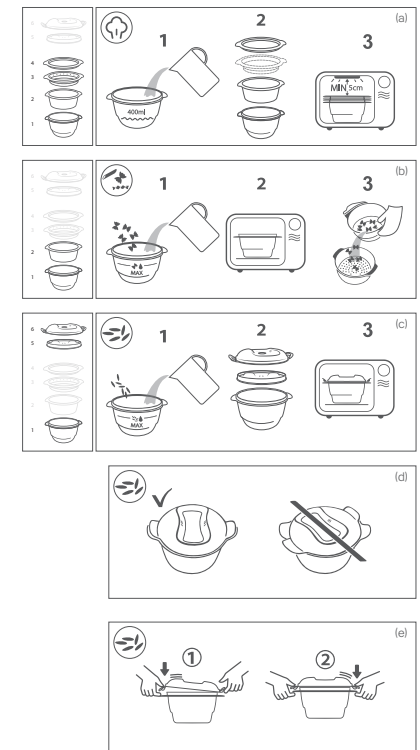
- Superposez les Passoires sur Le Réservoir contenant 400 ml max de liquide froid (sans matière grasse) et faites cuire. Laissez reposer le temps indiqué. Pour les aliments riches en eau (champignons, moules...), réduisez la quantité d'eau dans Le Réservoir pour éviter le débordement à la cuisson.
- Vous pouvez utiliser jusqu'à 8 Ramequins 80 ml micro-ondes dans la Passoire inférieure pour réaliser des flans, crèmes, œufs cocotte ou gâteaux.

Cuiseur à pâtes (b)

- Utilisez Le Réservoir pour la cuisson.
- Ne mettez jamais Le Couvercle pour la cuisson des pâtes.
- Versez de l'eau jusqu'à la ligne maximum, sauf autre indication dans la recette et faites cuire le temps indiqué (notice ou recette).

Cuiseur à riz (c)

- Dans Le Réservoir, placez le riz ou autre graine (couscous, polenta, boulghour, quinoa...) et l'eau (Cf. notice ou recette). Vous pouvez utiliser L'Insert pour rincer l'aliment, si besoin.
- Placez L'Insert et Le Couvercle à riz de façon à ce que les poignées soient bien alignées et fermez (d).
- Faites cuire et laissez reposer le temps indiqué (Cf. notice ou recette).
- Retirez Le Couvercle à riz en appuyant sur une poignée puis sur l'autre (e).



Précautions d'utilisation

- Les cuissons ne doivent pas excéder 30 mn à 900 watts max.
- Mettez systématiquement pour une cuisson vapeur, 400 ml max. de liquide froid sans matière grasse dans Le Réservoir.
- Laissez une distance d'au moins 5 cm entre Le Micro Urban family et les parois du micro-ondes.
- Utilisez des Maniques pour retirer Le Micro Urban family du micro-ondes et servez-vous du Couvercle vapeur ou du Couvercle à riz comme d'un bouclier pour ne pas vous laisser surprendre par la vapeur.
- Compatible avec le lave-vaisselle.

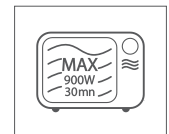


TABLE DES CUISSONS*

Aliments	Poids quantités	Cuisson à 900 watts	Repos	Conseils
Légumes				
Artichaut	800 g (2 pièces)	±25 mn	10 mn	Retirez le pied et coupez le haut des feuilles
Asperge	500 g	±16 mn	5 mn	Épluchez-les et retirez le pied dur
Aubergine	600 g	±20 mn	5 mn	Coupez-les en 2
Betterave (cruel)	900 g	±25 mn	10 mn	Lavez-les bien
Blette	400 g	±10 mn	5 mn	Épluchez et coupez-les en tronçons
Brocoli	500 g	±15 mn	5 mn	Prélevez les sommités
Carotte	800 g	±20 mn	±5 mn	Épluchez-les et coupez-les en rondelles
Chou-fleur	800 g	±19 mn	5 mn	Prélevez les sommités
Courgette	500 g	±13 mn	5 mn	Éboutez-les et coupez-les en tronçons ou en rondelles épaisses
Endive	900 g	±18 mn	5 mn	Épluchez-les
Épinard	500 g	±8 mn	5 mn	Préparez-les
Fenouil	800 g	±13 mn	5 mn	Épluchez et coupez-les en tronçons
Haricot vert	500 g	±18 mn	5 mn	Équeutez et lavez-les
Navet	700 g	±13 mn	5 mn	Préparez-les et coupez-les selon la taille
Patate douce	600 g	±23 mn	5 mn	Préparez-les et coupez-les en morceaux réguliers
Petit pois	600 g	±18 mn	5 mn	Écossez et lavez-les
Poireau	700 g	±23 mn	5 mn	Préparez-les
Poireau nouveau	700 g	±17 mn	5 mn	Préparez-les
Poivron	600 g	±13 mn	5 mn	Préparez-les
Pomme de terre	800 g	±22 mn	5 mn	Épluchez et lavez-les, coupez-les en morceaux réguliers, en rondelles, des gros cubes ou entières
Potiron	850 g	±17 mn	5 mn	Coupez en gros cubes réguliers (sans pépins)

*Les temps de cuisson sont donnés à titre indicatif, et varient en fonction du micro-ondes. Selon la quantité d'aliments, leur température et vos goûts, adaptez les temps de cuisson.

Aliments	Poids quantités	Cuisson à 900 watts	Repos	Conseils
----------	-----------------	---------------------	-------	----------

Fruits

Abricot Nectarine Pêche	800 g	±18 mn	5 mn	Épluchez-les et retirez les noyaux
Poire	1 kg	±18 mn	5 mn	Épluchez-les et retirez le cœur
Pomme	±700 g	±12 mn	5 mn	Épluchez-les et retirez le cœur

Viandes et Volailles

Blanc de dinde ou de poulet	600 g	±13 mn	5 mn	Coupez-les en morceaux de 2 cm environ pour des brochettes
Bœuf	800 g	±25 mn	±10 mn	Coupez-les en morceaux de 2 cm environ pour des brochettes
Saucisse	500 g	±20 mn	10 mn	Piquez la peau

Poisson et Fruits de mer

Crevette	600 g	±10 mn	±5 mn	Décortiquez-les (selon vos envies)
Darne ou pavé (±3 pièces)	500 g	±12 mn	5 mn	Placez-les séparés
Filet de poisson	±650 g	±8 mn	5 mn	Prenez des filets de même taille et roulez-les
Moule	1 kg	±12 mn	5 mn	Préparez-les. Versez 300 ml d'eau dans le Réservoir

Riz et autres graines max 500 g

Blé précuit	500 g ±800 ml d'eau	Faites cuire le temps de cuisson indiqué sur le paquet	±5 mn selon votre goût	
Boulgour	500 g et ±1 l d'eau			
Graines de couscous	500 g et ±700 ml d'eau			
Polenta	375 g et ±800 ml d'eau			
Quinoa	500 g et ±1 l d'eau			Avant la cuisson, rincez à l'eau froide
Riz	500 g et ±1 l d'eau			Avant la cuisson, rincez à l'eau froide sauf indication sur le paquet

SALADE THAÏ AUX LÉGUMES



12mn



± 12 mn
à 600 watts



5 mn



± 5 mn

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 200g de tofu fumé
- 50 ml de sauce soja
- 200g de carottes
- 1 poivron rouge
- 15 ml de graines de sésame noir
- 200g de champignons (pleurotes, de Paris, chinois...)
- 15 ml d'huile
- 4 grandes feuilles de laitue

Sauce

- 75 ml d'eau
- 45 ml de beurre de cacahuètes
- 30 ml de sauce soja
- 15 g de sucre (± 15 ml)
- 1 pincée de piment

PRÉPARATION

1. Coupez le tofu en cubes et mélangez-les avec la sauce soja (**Bol 1,5U**).
2. Coupez les carottes épluchées en bâtonnets (**MandoChef 6/6**). Coupez en fines lanières, le poivron épluché et épépiné (**Éplucheur 2 en 1 et Évideur Click Série**).
3. Mettez les légumes dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family**, le tofu égoutté (conservez la sauce) dans la Passoire supérieure et saupoudrez les graines de sésame sur le tofu.
4. Superposez les Passoires sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide, couvrez et faites cuire environ 12 mn à 600 watts. Laissez reposer 5 mn.
5. Préparez les champignons lavés et coupez-les en 2 ou 4, selon la taille. Poêlez-les dans une poêle huilée bien chaude, salez, poivrez, mélangez et réservez. Lavez les feuilles de laitue et essorez-les (**Essoreuse express**).
6. Mélangez (**Mélangeur Click Série**) tous les ingrédients de la sauce dans un bol (**Ravier 300 ml**) pour obtenir une sauce homogène et crémeuse. Rectifiez la consistance, si besoin, avec un peu d'eau.
7. Placez les feuilles de salade sur chaque assiette, remplissez-les avec les légumes, les champignons, le tofu et servez avec la sauce.



SUPER BOL



20 mn



±21 mn
à 900 watts



5 mn

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 200 g de quinoa rouge et blond
- 400 g de brocolis
- 1 poivron rouge
- 150 g de pois gourmands
- 1 mangue
- 1 avocat
- Le jus d'½ citron

Pour servir

- 250 g de feta
- 100 g de sauce aigre douce
- 20 ml de sauce soja

PRÉPARATION

1. Mettez le quinoa rincé dans le Réservoir du **Micro Urban family** avec 480 ml d'eau, fermez avec l'Insert et le Couvercle à riz, et faites cuire environ 10 mn à 900 watts. Égouttez et laissez refroidir dans un plat (**Bol 2**).
2. Lavez et épluchez les légumes. Prélevez les sommets du brocoli, coupez en bâtonnets le poivron épépiné et équeutez les pois gourmands.
3. Mettez les légumes dans la Passoire inférieure du Micro Urban family posée sur le Réservoir propre, rempli de 400 ml d'eau froide. Couvrez et faites cuire environ 11 mn à 900 watts. Laissez reposer 5 mn.
4. Épluchez et dénoyautez la mangue et l'avocat. Coupez-les en tranches et citronnez l'avocat.
5. Disposez harmonieusement les aliments dans des assiettes creuses, ajoutez la feta émiettée et versez les sauces mélangées.

Astuce: remplacez la feta par des morceaux de poulet cuits. Vous pouvez remplacer le quinoa par du riz ou d'autres graines (adaptez le temps de cuisson et la quantité d'eau).

RAVIOLES VAPEUR AUX LÉGUMES



20 mn



1 mn 50
à 600 watts



± 11 mn
à 900 watts



5 mn

INGRÉDIENTS POUR 12 RAVIOLES

- 100 ml d'eau
- 200 ml de farine
- Sel

Farce

- 70 g de carotte
- 45 g de champignons de Paris
- 35 g de pousses de soja
- 7 ml de sauce de soja

PRÉPARATION

1. Faites chauffer l'eau 1 mn 50 à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**).
2. Ajoutez la farine, le sel et mélangez (**Cuiller à mélange**). Terminez la pâte à la main pour former une boule.
3. Lavez les légumes de la farce et coupez-les en morceaux. Mixez-les finement (**Extra Chef**). Égouttez-les si besoin, ajoutez la sauce soja et mélangez.
4. Divisez la pâte en 12 petites boules égales, farinez-les légèrement et étalez-les chacune en 1 cercle de 10 cm de Ø (**Rouleau Modulo et Feuille à pâtisserie**).
5. Déposez un peu de farce au centre du cercle de pâte, mouillez les bords (**Pinceau silicone Pro**) et fermez la pâte pour former une petite raviolle.
6. Posez les ravioles dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** posée sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide, couvrez et faites cuire environ 11 mn à 900 watts. Laissez reposer 5 mn.
7. Servez les ravioles avec une sauce soja ou une sauce au piment.

Variante: remplacez les champignons et les pousses de soja par 40 g de courgette et 15 g de chapelure légèrement toastée.



ŒUFS COCOTTE ET FROMAGE



10 mn



± 12 mn
à 600 watts



max 5 mn

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 20 g de beurre mou
- 8 œufs
- 80 ml de crème épaisse
- 8 feuilles de basilic
- 4 rondelles de bûche de chèvre (± 40 g)
- 4 tomates confites
- Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Beurrez **8 Ramequins 80 ml micro-ondes**. Cassez un œuf dans chaque Ramequin, ajoutez sans mélanger, 10 ml de crème, 1 feuille de basilic, ½ rondelle de fromage, ½ tomate confite, du sel et du poivre.
2. Disposez les Ramequins, sans leur Couvercle, dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** posée sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide.
3. Couvrez et faites cuire environ 12 mn à 600 watts (adaptez le temps de cuisson selon la température de vos œufs). Laissez reposer maximum 5 mn selon la cuisson désirée.
4. Dégustez avec des mouillettes ou à la petite cuiller.

Variantes: remplacez le basilic, la bûche de chèvre et les tomates confites par :

Œufs cocotte aux herbes

50 ml d'estragon ou autres herbes.

Œufs cocotte aneth-saumon

8 brins d'aneth effeuillés et 40 g de lardons de saumon fumé. Faites cuire environ 10 mn à 600 watts. Parsemez d'œufs de saumon fumé pour la dégustation (facultatif).

Astuces: vérifiez la fraîcheur de vos œufs en les plongeant dans un bol d'eau froide. Si l'œuf reste au fond, vous pouvez le consommer en œuf cocotte. Si l'œuf flotte, il est trop vieux pour être cuit en œuf cocotte.





POMMES DE TERRE FARCIES



15 mn



±25 mn
à 900 watts



10 mn

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 800 g de pommes de terre (4 de même calibre)
- 400 g de viande hachée de bœuf
- 1 œuf
- 1 oignon
- 20 g de persil
- 30 ml de flocons d'avoine
- 2 champignons séchés (cèpes, morilles ...)
- 2 gousses d'ail
- 5 ml de sel
- Noix de muscade en poudre

PRÉPARATION

1. Découpez un chapeau aux pommes de terre lavées et évidez-les sans percer la peau (**Évideur Click Série**).
2. Dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25 l**), mélangez la viande hachée avec l'œuf, l'oignon épluché et le persil hachés (**TurboTup**), les flocons d'avoine, les champignons émiettés, les gousses d'ail épluchées et pressées (**Presse-ail malin**), le sel et la noix de muscade.
3. Remplissez les pommes de terre avec cette farce et mettez-les dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** posée sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide.
4. Couvrez et faites cuire environ 25 mn à 900 watts. Laissez reposer 10 mn.
5. Servez avec une salade verte et assaisonnez avec une sauce à base de fromage blanc et de ciboulette ciselée (facultatif).

PÂTES À LA SICILIENNE



20 mn



± 10 mn
à 900 watts



± 2 mn
à 600 watts



Temps de cuisson
des pâtes + 2 mn
à 900 watts



± 7 mn



INGRÉDIENTS POUR 4 À 6 PERSONNES

- 1 aubergine (± 300 g)
- 10 branches d'aneth
- 50 ml d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail
- 300 g de filets de maquereau
- 350 g de pâtes (maccheroni ou cavatelli)
- 60 ml de chapelure
- 25 g de pignons de pin
- 10 tomates cerises
- Sel
- Piment d'oiseau (facultatif)

PRÉPARATION

1. Coupez en 2 l'aubergine lavée et faites des entailles dans la chair. Mettez-les dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** posée sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide.
2. Enduisez l'aubergine (**Pinceau silicone Pro**) avec 25 ml d'huile mélangée avec l'aneth effeuillée. Ajoutez une gousse d'ail épluchée et émincée, fermez et faites cuire environ 10 mn à 900 watts.
3. Déposez les filets de maquereau sur la Passoire supérieure. Superposez les Passoires, couvrez et finissez la cuisson environ 2 mn à 600 watts. Réservez les Passoires sur une assiette, avec le Couvercle.
4. Rincez le Réservoir du Micro Urban family, mettez les pâtes, remplissez d'eau jusqu'au niveau de remplissage maximal pour les pâtes et faites cuire à 900 watts 2 mn de plus que le temps de cuisson indiqué sur le paquet (les pâtes seront al dente).
5. Dans une sauteuse (**Sauteuse 4 l Black Series**) légèrement huilée, faites dorer la chapelure et la gousse d'ail épluchée. Réservez-les.
6. Dans la sauteuse, faites dorer les pignons avec un peu d'huile puis ajoutez la pulpe d'aubergine prélevée avec une cuiller, les pâtes et un peu d'eau de cuisson. Assaisonnez avec le sel et le piment d'oiseau, mélangez et faites cuire 2 mn.
7. Ajoutez le poisson, grossièrement effiloché, les tomates cerises coupées en 2 et mélangez délicatement hors du feu.
8. Servez immédiatement avec de l'aneth effeuillée, un filet d'huile d'olive et saupoudrez la chapelure toastée.

SALTIMBOCCA



15 mn



± 18 mn
à 900 watts



± 6 mn 30
à 600 watts



15 mn

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 2 patates douces
- 45 ml de fromage cheddar râpé
- 4 tranches fines d'escalopes de dinde (± 450 g)
- Sel et poivre
- Paprika
- 1 gros oignon
- 4 tranches de fromage cheddar
- 4 cure-dents

Pour la sauce

- 45 ml de beurre mou
- 45 ml de farine
- 200 ml de lait
- 45 ml de fromage cheddar râpé
- Quelques gouttes de jus de citron
- Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Lavez et épluchez les patates douces. Coupez-les en bâtonnets (**MandoChef 9/9**) mettez-les dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** et saupoudrez dessus le fromage râpé.
2. Essuyez les escalopes de dinde avec du papier absorbant et assaisonnez-les avec le sel, le poivre et le paprika.
3. Coupez l'oignon épluché en 8. Répartissez sur chaque escalope, une tranche de cheddar et 2 morceaux d'oignon. Roulez-les, fixez-les avec un cure-dents et placez-les dans la Passoire supérieure.
4. Superposez les 2 Passoires et posez-les sur le Réservoir du Micro Urban family rempli de 400 ml d'eau froide. Couvrez et faites cuire environ 18 mn à 900 watts. Laissez reposer 10 mn.
5. Pour la sauce, faites fondre le beurre 30 s à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**). Ajoutez la farine, mélangez et faites cuire 2 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson.
6. Versez en mélangeant 200 ml d'eau de cuisson du Réservoir du Micro Urban family et le lait. Faites cuire environ 4 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson. Ajoutez le fromage râpé, le jus de citron, salez, poivrez et mélangez. Laissez reposer 5 mn.
7. Servez les rouleaux et les bâtonnets de patate douce avec la sauce.



PETITS FLANS AU CHOCOLAT



10 mn



± 16 mn
à 600 watts



INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 400 ml de lait entier
- 3 œufs
- 75 g de cacao sucré
- 50 g de sucre (± 50 ml)

PRÉPARATION

1. Faites bouillir le lait (**Pichet MicroCook 1 l** sans Couvercle) environ 5 mn à 600 watts en mélangeant à mi-cuisson.
2. Dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25 l**) battez les œufs, le cacao et le sucre (**Fouet mélangeur**).
3. Versez petit à petit le lait bouillant en fouettant bien et sans arrêt.
4. Répartissez la préparation dans **8 Ramequins 80 ml micro-ondes**. Disposez les Ramequins sans leur Couvercle dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** et posez-la sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide. Couvrez et faites cuire environ 11 mn à 600 watts.
5. Ouvrez, ôtez les Ramequins dès la fin de la cuisson et laissez-les refroidir.
6. Fermez les Ramequins et glissez-les au réfrigérateur. A déguster directement dans les Ramequins.

Gâteau poire et chocolat

Faites fondre 125 g de chocolat noir dessert avec 100 g de beurre, coupés en morceaux, 1 mn 45 à 600 watts (**Pichet MicroCook 1 l**). Ajoutez 100 g de sucre (± 100 ml), 3 œufs et mélangez (**Spatule silicone**). Ajoutez 25 g de farine, 2 ml de vanille liquide et mélangez bien pour avoir une préparation homogène. Épluchez et coupez 1 poire en 8 quartiers. Répartissez la préparation dans **8 Ramequins 80 ml micro-ondes** précédemment beurrés et ajoutez un quartier de poire coupé en petits dés dans chaque. Disposez les Ramequins sans leur Couvercle dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** et posez-la sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide. Couvrez et faites cuire environ 15 mn à 600 watts. Ouvrez dès la fin de la cuisson et laissez refroidir les gâteaux avant de les démouler délicatement.

BOULES COCO ET SALADE ORANGE - MANGUE



10 mn



±20 mn
à 900 watts



15 mn

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

- 1 petite patate douce (±270 g)
- 1 œuf
- 100 g de sucre (±100 ml)
- Sel
- 100 g de noix de coco
- 70 g de semoule fine

Salade orange

- 4 oranges
- 1 mangue
- 15 ml de miel
- Feuilles de menthe

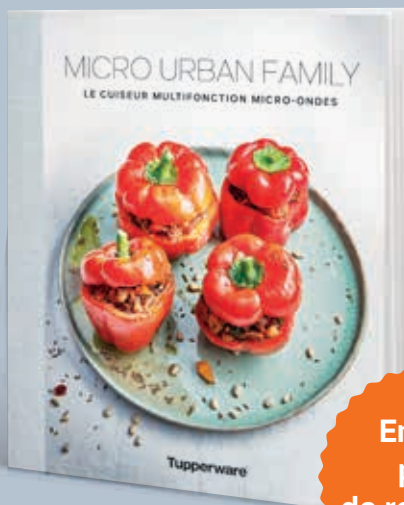
PRÉPARATION

1. Épluchez la patate douce, coupez-la en 2 et mettez-la dans la Passoire inférieure du **Micro Urban family** posée sur le Réservoir rempli de 400 ml d'eau froide. Couvrez et faites cuire environ 15 mn à 900 watts. Laissez reposer 5 mn et écrasez-la (**Presse-purée**) dans un saladier (**Bol mélangeur 3,25 l**).
2. Ajoutez l'œuf et fouettez vivement (**Fouet mélangeur**) pour obtenir une préparation bien homogène.
3. Ajoutez le sucre, le sel, 80 g de noix de coco, la semoule et mélangez vivement. Couvrez et laissez reposer 5 mn que la semoule gonfle.
4. Faites des boules avec cette préparation et roulez-les dans la noix de coco restante. Répartissez-les dans les 2 Passoires posées sur le Réservoir rempli avec l'eau chaude de cuisson des patates douces, couvrez et faites cuire environ 5 mn à 900 watts. Laissez reposer 5 mn.
5. Pelez les oranges à vif et prélevez les suprêmes d'orange. Pressez les membranes vides qui restent pour récupérer le jus. Épluchez la mangue, dénoyautez-la et coupez-la en fines tranches. Mélangez (**Spatule silicone**) les suprêmes d'orange, la mangue, le jus d'orange récupéré, le miel et les feuilles de menthe.
6. Servez les boulettes de noix de coco encore tièdes avec la salade de fruits.

Astuce : pour une salade orange-mangue plus relevée, ajoutez 15 ml de liqueur d'orange.



Démultipliez les possibilités de votre Micro Urban family
avec les 44 recettes à découvrir dans le
Livre "Micro Urban family, Le cuiseur multifonction micro-ondes".



Encore
plus
de recettes!

INDEX

Boules coco et salade orange-mangue	22	Pommes de terre farcies	15
Gâteau poire et chocolat	21	Ravioles vapeur aux légumes (et sa variante)	10
Œufs cocotte et fromage	12	Salade thaï aux légumes	6
Œufs cocotte aux herbes	12	Saltimbocca	18
Œufs cocotte aneth-saumon	12	Super bol (et ses variantes)	9
Pâtes à la sicilienne	17	Tableau de cuissons d'aliments	4 - 5
Petits flans au chocolat	21		

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

NTX4480 - Sous réserve d'erreur d'impression, Tupperware se réserve le droit de modifier sans préavis les coloris de ses Produits. Il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement sur quelque support que ce soit le présent ouvrage (article L 122-4 et L 122-5 du code de la propriété intellectuelle) sans l'autorisation de Tupperware France.

Tupperware®

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

tupperware.fr/connect

Rejoignez-nous     et sur www.tupperware.fr