

Tupperware®

# Браво-Дилайт

Аппетитные и вкусные  
блюда в микроволновой  
печи за считанные минуты!



«Браво-Дилайт» –  
получайте удовольствие от приготовления  
вкусных и полезных блюд!



С «Браво-Дилайт» Вы сможете легко  
и быстро приготовить питательный завтрак,  
сытный обед и легкий ужин без добавления  
масла. Сочные омлеты, фриттаты,  
папильот с мясом, фланы, пудинги  
и множество других восхитительных  
блюд, приготовленных в «Браво-Дилайт»,  
сохранят оригинальность вкуса  
и витамины.

## Рекомендации по использованию и уходу

Перед использованием «Браво-Дилайт»  
ознакомьтесь со следующими инструкциями:

1. Оптимальный режим приготовления рецептов на основе яиц в микроволновой печи – 350–400 Вт.
2. Добавьте молока или воды при взбивании, чтобы блюдо получилось однородной консистенции.
3. Во время приготовления взбитые яйца увеличиваются в объеме, поэтому лучше всего готовить из расчета не более 4 яиц.
4. Используйте не менее 2 яиц, чтобы омлет не подгорел.
5. Для равномерного приготовления блюда не рекомендуется ставить в микроволновую печь одновременно два «Браво-Дилайт».
6. Если вы добавляете в блюдо овощи, нарежьте их мелкими кубиками, чтобы все ингредиенты прогрелись.
7. При добавлении сыра или бекона тщательно смешайте их со взбитыми яйцами и готовьте в самом слабом режиме (350–400 Вт).
8. После использования промойте «Браво-Дилайт» холодной водой, чтобы в изделии не оставалось резких запахов и следов пищи.
9. «Браво-Дилайт» можно мыть в посудомоечной машине.
10. Пятна, образовавшиеся вследствие окрашивания продуктами, не влияют на функциональность изделия «Браво-Дилайт», этот случай – не гарантийный.

## Меры предосторожности

1. «Браво-Дилайт» можно использовать в микроволновой печи при температуре от 0 °С до 120 °С при мощности 350–400 Вт.
2. Вынимая «Браво-Дилайт» из микроволновой печи, пользуйтесь прихваткой.
3. Когда снимаете крышку, обязательно открывайте ее на себя.
4. Не рекомендуется использовать абразивные моющие средства, а также металлические принадлежности, которые могут повредить изделие.
5. Нельзя ставить «Браво-Дилайт» в микроволновую печь в режиме гриль.
6. Нельзя использовать «Браво-Дилайт» в духовом шкафу и на плите.
7. Не добавляйте растительные и животные жиры.
8. Не готовьте яйца в скорлупе в «Браво-Дилайт», поскольку в микроволновой печи они могут взорваться.

## характеристики

# «Браво-Дилайт»

- Изделие обладает эргономичной формой
- Размеры «Браво-Дилайт» идеально подходят для использования в любых микроволновых печах
- Компактное хранение

Изогнутая форма позволяет уверенно удерживать изделие в одной руке и легко вынимать содержимое после приготовления

Отверстия на крышке способствуют выходу пара и равномерному прогреванию



Рифленая поверхность для защиты от высокой температуры

Широкие бортики для удобства захвата изделия

Отверстия расположены далеко от бортиков для обеспечения безопасного перемещения изделия

**Габариты: 14 см x 22,4 см x 6,8 см**  
**Объем: 430 мл**

## рекомендации

### по приготовлению блюд

Ознакомьтесь с графической инструкцией на внутренней стороне крышки.

Разбейте 2–4 яйца в супер «Хит-парад» (1,5 л).

Залейте 15 мл молока или воды.

Перемешайте с помощью венчика «Диско», пока цвет смеси не станет светло-желтым, при этом следите, чтобы не образовывалось слишком много пены, иначе при нагревании вся масса начнет подниматься.



### Простой омлет

Залейте взбитые яйца в «Браво-Дилайт», закройте и поставьте готовиться.

Время приготовления будет зависеть от мощности микроволновой печи, а также объема, размера и температуры яиц (комнатной температуры или из холодильника).

Среднее время приготовления:

2 яйца – 3 минуты

3 яйца – 4 минуты

5 яиц – 5–6 минут

Добавление соли никак не влияет на продолжительность приготовления. Снимите крышку, чтобы блюдо не перегрелось, и подавайте.

Готовьте ваши блюда в слабом режиме (350–400 Вт), чтобы они получились вкусными и аппетитными.

### Простая фриттата

Нарежьте мелкими кубиками овощи на выбор (общая масса не более 150 г).

Выложите овощи в «Браво-Дилайт». Закройте крышкой и поставьте в микроволновую печь на 4 минуты при мощности 600 Вт.

При необходимости слейте лишнюю жидкость.

Затем залейте овощи смесью из 2 взбитых яиц.

Закройте крышкой и поставьте в микроволновую печь в слабом режиме (350–400 Вт) на 3 минуты.

Снимите крышку, чтобы блюдо не перегрелось, и подавайте.

Детям очень понравится фриттата с овощами разных цветов – с ними ваши блюда приобретут очень аппетитный вид.

# ОМЛЕТЫ

для всей семьи

## Начинки

### С копченым лососем

40 г филе копченого лосося  
15 г крабового мяса  
мелкорубленая зелень укропа  
соль, перец.

### С луком и сыром эмменталь

25 г лука-порей  
25 г тертого сыра эмменталь  
70 г шампиньонов,  
нарезанных ломтиками  
соль, перец.

### С беконом

25 г зеленого сладкого  
перца, нарезанного кубиками  
40 г бекона, нарезанного кубиками  
мелкорубленая зелень.

### С сыром

50 г тертого сыра по вкусу  
соль, перец.

## Способ приготовления

Соедините 3 яйца с молоком или водой комнатной температуры и взбейте до образования легкой пены.

На дно «**Браво-Дилайт**» уложите ингредиенты и залейте взбитыми яйцами. Закройте крышкой и поставьте готовиться.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 5 минут при 360 Вт.  
Подавайте сразу.



# ОМЛЕТЫ

## для всей семьи

### *По-вегетариански*

#### **Ингредиенты**

2 яйца  
1/2 головки репчатого лука  
1/4 моркови  
3 шампиньона  
1/4 зеленого или красного  
сладкого перца  
соль, перец

#### **Способ приготовления**

Нарубите грибы и овощи и прогревайте в «**Браво-Дилайт**» в течение 2 минут при мощности 360 Вт. Затем залейте все взбитыми яйцами. Снова закройте и поставьте готовиться.

### *По-итальянски*

#### **Ингредиенты**

2 яйца  
1/2 помидора, нарезанного  
кружочками  
1/2 шарика сыра моцареллы,  
нарезанного кубиками  
соль, перец  
зелень базилика для оформления

#### **Способ приготовления**

На дно посуды уложите слоями моцареллу и помидоры. Приправьте солью и перцем. Затем залейте все взбитыми яйцами. Готовое блюдо оформите листиками базилика.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 5 минут при 360 Вт.  
Подавайте сразу.



# фриттата МИКС

*из расчета на 2 порции*

## Ингредиенты

50 г жареного бекона  
50 г цуккини  
6 помидоров черри (60 г)  
2 яйца  
100 мл сгущенного  
стерилизованного молока  
без сахара (7,8% жирности)  
55 г муки  
10 листиков базилика  
соль, перец

## Способ приготовления

Бекон и цуккини нарежьте мелкими кубиками.

На дно «**Браво-Дилайт**» уложите бекон, цуккини и помидоры черри.

Оставшиеся ингредиенты смешайте в **измельчителе «Турбо-микс»**, используя насадку с ножами.

Залейте готовой смесью бекон и овощи.

Закройте крышкой и поставьте готовиться.

## На заметку

Это блюдо отлично подавать как горячим, так и холодным.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 7 минут при 360 Вт.



# КИШ с крабовыми палочками

*из расчета на 2 порции*

## Ингредиенты

8 крабовых палочек (125 г)  
50 мл сливок (33% жирности)  
20 г муки  
1 яйцо  
5 мл острой горчицы

## Способ приготовления

Крабовые палочки нарежьте в **измельчителе «Турбо-микс»**, используя насадку с ножами.

Измельченные палочки переложите в супер **«Хит-парад» (1,5 л)**.

В измельчителе «Турбо-микс» замените насадку с ножами на венчик.

Смешайте оставшиеся ингредиенты и залейте готовой смесью крабовые палочки.

Перемешайте все компоненты силиконовым скребком и равномерно выложите массу в **«Браво-Дилайт»**.

Закройте крышкой и поставьте готовиться.

## На заметку

Это очень ароматное блюдо, поэтому лучше подавать его горячим.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 5 минут при 360 Вт.  
Подавайте сразу.



# СЛОЙКА ИЗ ЦУКИНИ

*из расчета на 2 порции*

## Ингредиенты

180 г цукини  
1 зубчик чеснока  
2 яйца  
50 мл сливок (33% жирности)  
соль, перец  
22 г панировочных сухарей  
(по желанию)

## Способ приготовления

Цукини нарежьте соломкой с помощью терки «Веселый кулинар» с защитой.

Оставшиеся ингредиенты смешайте в измельчителе «Турбо-микс», используя насадку с ножами.

Нарезанный цукини уложите на дно «Браво-Дилайт» и залейте яичной смесью.

## На заметку

По желанию для придания аппетитного вида посыпьте слойку сухарями.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 5,5 минут при 360 Вт.  
Дайте постоять 1 минуту.  
Прогрейте еще 3 минуты при 360 Вт.





# ОМЛЕТ с тунцом

*из расчета на 2 порции*

## Ингредиенты

135 г консервированного тунца  
2 яйца  
80 мл молока  
50 г томатной пасты  
соль, перец

## Способ приготовления

Слейте жидкость из банки с тунцом, и измельчите тунец вилкой.

Смешайте с остальными ингредиентами в **измельчителе «Турбо-микс»**, используя насадку с ножами.

Взбивайте, пока консистенция смеси не будет напоминать крем.

Выложите готовую смесь в **«Браво-Дилит»**.

Когда омлет будет готов, снимите крышку и дайте ему полностью остыть, а затем переложите на тарелку и подавайте.

## На заметку

Идеально сочетается с зеленым листовым салатом и заправкой из бальзамического уксуса.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи под крышкой в течение 4 минут при 360 Вт. Дайте постоять 1 минуту. Прогрейте еще 2,5 минуты при 360 Вт.



# СЛОЙКА с ежевикой и гренком

из расчета на 2 порции

## Ингредиенты

70 г черники  
1 яйцо  
100 мл нежирного молока  
50 г сахара  
2 ломтика хлеба

## Способ приготовления

С помощью формочки вырежьте из хлеба кружочки диаметром 9 см.

Поджарьте хлеб в тостере, чтобы блюдо получилось аппетитным.

На дно «Браво-Дилайт» уложите 2 ломтика хлеба.

Яйца взбейте с молоком и сахаром и залейте этой смесью хлеб.

Дайте хлебу хорошо пропитаться яичной смесью в течение 10 минут. Во время приготовления хлеб впитает всю жидкость.

Сверху выложите ежевику.

Закройте крышкой и поставьте готовиться.

## На заметку

В качестве оформления идеально подойдет шарик мороженого.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 7 минут при 360 Вт.



# ШОКОЛАДНЫЙ ПУДИНГ

*из расчета на 2 порции*

## Ингредиенты

200 мл нежирного молока  
50 г шоколада  
2 яйца  
25 г сахара

## Способ приготовления

Молоко соедините с шоколадом в **кувшине «Микроплюс™» (1 л)** и поставьте прогреваться на 30 секунд (600 Вт).

Затем выньте из печи и мешайте, пока шоколад полностью не растопится в молоке.

Яйца взбейте с сахаром. Затем залейте в яйца молочно-шоколадную смесь и взбейте.

Перелейте смесь в **«Браво-Дилайт»**.

Закройте крышкой и поставьте готовиться.

Когда пудинг будет готов, снимите крышку и дайте ему остыть в течение 3 минут, а затем переложите на тарелку и подавайте.

## На заметку

В качестве оформления идеально подойдет шоколадная стружка.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 7 минут при 360 Вт.



# ФЛАН С КОКОСОМ И КИВИ

*из расчета на 2 порции*

## Ингредиенты

2 киви (135 г)  
15 мл жидкой карамели (сироп)  
150 мл кокосовых сливок  
2 яйца  
25 г сахара

## Способ приготовления

Киви очистите от кожицы и нарежьте кружочками.

Влейте охлажденную карамель в «Браво-Дилайт».

Равномерно выложите ломтики киви на дне «Браво-Дилайт».

Яйца взбейте с кокосовыми сливками и сахаром в **измельчителе «Турбо-микс»**, используя насадку-венчик.

Готовой смесью залейте киви.

Закройте крышкой и поставьте готовиться.

Снимите крышку и дайте остыть в форме, а затем переложите на тарелку и подавайте.

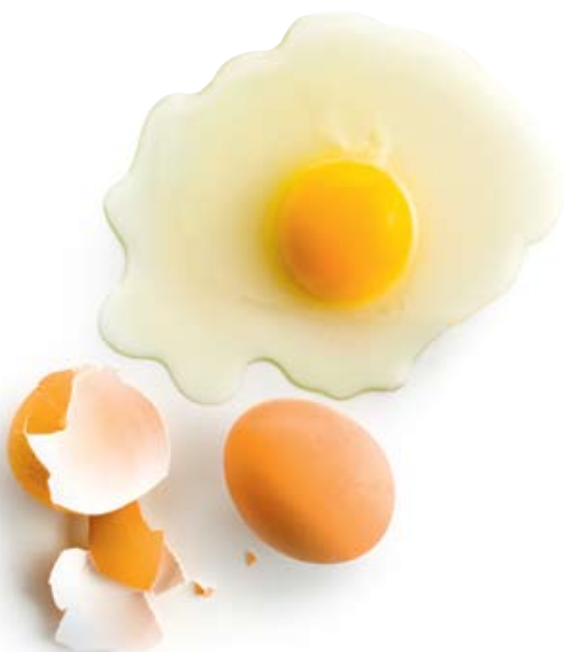
## На заметку

Карамель нужна только для придания цвета готовому блюду. Охладите карамель, чтобы не испортить блюдо.

## ГОТОВИМ

в микроволновой печи  
под крышкой в течение 5,5 минут при 360 Вт.  
Дайте постоять 1 минуту.  
Прогрейте еще 3 минуты при 360 Вт.





# Tupperware®

Информацию об изделиях Tupperware® Вы можете узнать на сайте [www.tupperware.ru](http://www.tupperware.ru) или по телефону **8 800 200 6000** (звонки по России бесплатно).

©ООО «Тапервэр», 2012