

# KROK-TOREN VERSPERS



**Tupperware®**

# KROKETTEN IN EEN HANDOMDRAAI!

---

De **Krok-Toren / VersPers** is een intuïtief, gebruiksvriendelijk product voor het maken van rollen en staven van verschillende afmetingen met slechts één duw. Perfect om zelf kroketten, gnocchi en vissticks voor vrienden en familie te maken!

Een **toren**: capaciteit van 630 ml. Voorzien van antislipvoetjes zodat het product niet beweegt tijdens het gebruik. Grote opening om gemakkelijk te kunnen vullen en reinigen.

Een **duwer**: specifiek patroon om te vermijden dat het voedsel blijft kleven.

Een **spatel**: blokkeert de openingen van de inzetstukken tijdens het vullen van de toren.

Ideaal om de bereidingen te snijden. Perfect om de gesneden stukken van de plaat te halen.

Een **plaat**: glijdt vanzelf wanneer de bereiding uit de inzetstukken komt. Licht materiaal, gemakkelijk te verplaatsen en te reinigen. De pictogrammen helpen je bij de samenstelling van het product.

## Eenvoudig te gebruiken:

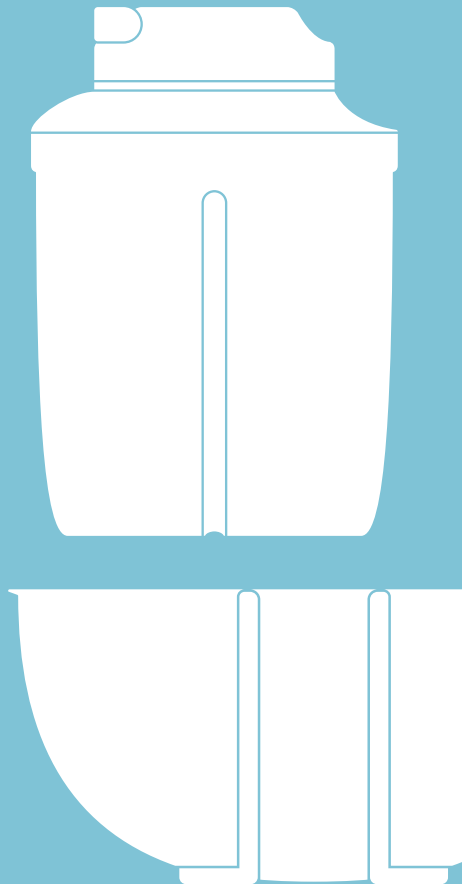
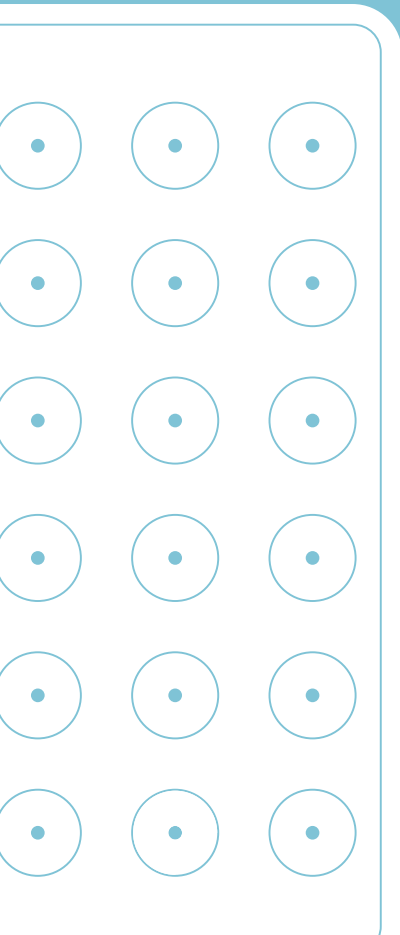
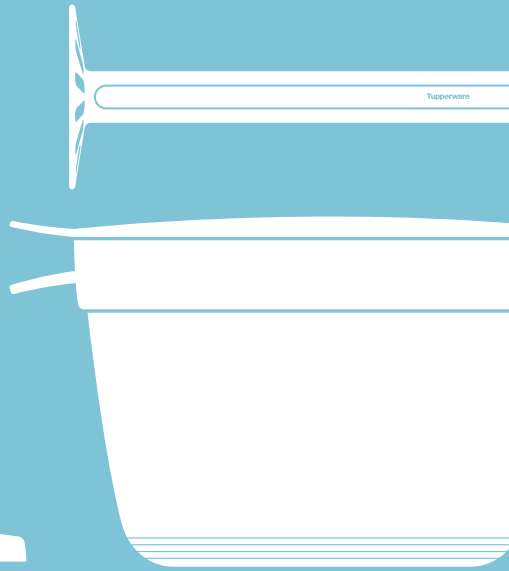
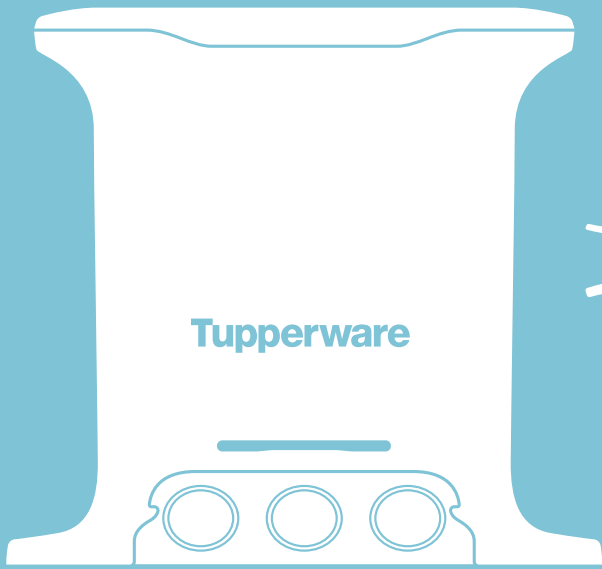
- Plaats de toren omgekeerd en neem het gewenste inzetstuk. Plaats eerst het grote uitsteeksel in de grote opening en nadien de twee kleinere aan de andere kant. Je hoort een klik.
- Plaats de toren op de plaat, met de afgeronde kant vooraan (zie eerste afbeelding). Zorg dat je voldoende plaats hebt op je werkblad, zowel voor- als achteraan. Plaats de spatel voor het inzetstuk alvorens de toren te vullen.
- Vul de toren en druk de bereiding lichtjes aan met de duwer. Haal de spatel pas weg wanneer deze lichtjes naar boven is gekomen.
- Duw goed met de duwer. De bereiding zal uit het inzetstuk komen waardoor de zelfbewegende plaat automatisch vooruitkomt (zie afbeelding 2).
- Gebruik de spatel om de bereiding los te maken van de basis en snij daarna de bereiding in de gewenste grootte. Kijk hiervoor naar de lijnen op de plaat: dunne lijnen om de 2 cm en dikke lijnen om de 6 cm.



## GOED OM TE WETEN

---

- Enkel geschikt voor koude bereidingen.
- **Compact op te bergen**: de duwer is de perfecte opbergplaats voor 2 inzetstukken en de spatel.
- Alle onderdelen zijn makkelijk uit elkaar te halen voor een grondige reiniging in de vaatwasmachine (behalve de plaat).
- Bewaar de zelfbewegende plaat steeds plat en was hem met de hand af daar hij niet vaatwasmachinebestendig is.





# GNOCCHI VAN POLENTA



**Bereidingstijd**  
**15 min**



**7 min**  
**600 watt**



**20 min**  
**200 °C**

## INGREDIËNTEN

- 500 ml melk
- snufje nootmuskaat
- 100 g polenta
- 30 g geraspte parmezaan
- 25 g boter
- zout en peper

### Optioneel:

- olijfolie
- pijnboompitten
- zongedroogde tomaten
- parmezaankrullen

## BEREIDING

1. Doe de melk samen met de nootmuskaat in de **MicroCook Schenkkan / Maatkan 1 l** en kook 5 min op 600 watt. Giet de polenta beetje bij beetje bij de MicroCook terwijl je blijft roeren met de **Silicone Spatel**. Kook nogmaals 2 min op 600 watt. Voeg de geraspte parmezaan en de boter toe. Kruid met zout en peper en meng goed.

2. Warm de oven zonder rooster voor op 200 °C.

3. Laat de bereiding 10 min afkoelen. Doe de helft van het deeg in de **Krok-Toren / VersPers**, voorzien van de inzet met 6 rondjes of de halfgekartelde inzet, en duw goed met de duwer.

4. Gebruik de spatel om de gnocchi in de gewenste grootte te snijden en leg ze op het **MultiFlex Ovenblad**. Plaats het Ovenblad op het koude ovenrooster en bak 20 min op 200 °C.

5. Serveer warm met een beetje olijfolie, pijnboompitten, zongedroogde tomaten en parmezaankrullen.

# AARDAPPELKROKETTEN



**Bereidingstijd** ± 21 min op 600 watt  
15 min 3 min op 360 watt



± 20 min

## INGREDIËNTEN VOOR 15 TOT 18 KROKETTEN

- 1 kg pureeaardappelen
- 100 ml water
- 50 g geraspte parmezaan
- 1 eidooier
- 25 ml bloem
- zout en peper

### Om te paneren

- 1 ei
- 100 ml paneermeel

## BEREIDING

1. Doe de geschilde, gespoelde en in middelgrote stukken gesneden aardappelen in de **MicroCook Rond 2,25 l**. Voeg het water toe, sluit met het deksel en kook 20 tot 22 min op 600 watt in de magnetron. Meng halverwege de kooktijd. Laat 5 min rusten na het koken. Laat uitlekken en gebruik de **Pureerstaaf / Aardappelstamper** om de aardappelen te pletten tot puree.

2. Kook de puree nogmaals 3 min op 360 watt in de MicroCook zonder deksel. Meng halverwege de kooktijd. Voeg de rest van de ingrediënten toe en meng met de **Silicone Spatel**.

3. Bevestig de inzet met 3 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Snij in gelijke kroketten met behulp van de spatel en de aanduidingen op de plaat. Gebruik de spatel om iedere kroket van de plaat te halen. Rol de kroketten eerst in het losgeklopte ei en vervolgens in het paneermeel.

4. Bak de kroketten in een pan met een beetje olie of in een friteuse.





# KROKETTEN VAN KIP EN KIKKERERWTEN



Bereidingstijd  
20 min



± 20 min

## INGREDIËNTEN VOOR 15 TOT 18 KROKETTEN

- 400 g gekookt kippenwit
- 150 g kikkererwten uit blik, uitgelekt
- 5 takjes peterselie
- 4 teentjes knoflook
- zout en peper
- 1 ei
- ± 50 ml olie

### Om te frituren

- 1 ei geklopt met 15 ml (1 el) halfvolle melk
- 100 ml paneermeel
- 50 ml zonnebloemolie

## BEREIDING

1. Maal de kip en de kikkererwten fijn met behulp van de **AdaptaChef Hakmolen** voorzien van het fijne rooster. Doe dit tweemaal voor de kikkererwten om een fijn en homogeen resultaat te krijgen.
2. Hak in de **TurboChef** de peterselie en de knoflook fijn. Voeg toe aan de kip en de kikkererwten en kruid met peper en zout. Voeg het ei toe en kneed de mengeling tot een bal.
3. Bevestig de inzet met 3 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat.
4. Snij de bereiding in 15 gelijke stukken met behulp van de spatel. Hef iedere kroket op met de spatel. Maak met de restant in de toren nog enkele extra kroketten. Rol de kroketten eerst in het ei-melkmengsel en vervolgens in het paneermeel.
5. Warm 50 ml olie op en bak iedere kroket 5 min (4 per 4) of gebruik een friteuse. Laat na het frituren even uitlekken op een vel keukenpapier.







# AARDAPPELPOFFERTJES



Bereidingstijd  
20 min



14 min 30 op 600 watt  
2 min op 360 watt



± 20 min  
210 °C

## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

- 500 g pureeaardappelen
- 175 ml water
- 40 g boter
- 125 ml (± 65 g) bloem
- 1 ml zout
- 2 eieren



## BEREIDING

1. Schil en was de aardappelen. Snij ze in gelijke stukken, leg ze in de **MicroCook Rond 2,25 l**, voeg 50 ml water toe en sluit met het deksel. Kook gedurende 12 min op 600 watt. Meng halverwege de kooktijd. Laat 2 min rusten alvorens de aardappelen te pureren met de **Pureerstaaf / Aardappelstamper**.
2. De puree moet heel droog zijn. Kook nogmaals zonder deksel gedurende 2 min op 360 watt. Meng halverwege de kooktijd.
3. Giet de rest van het water (125 ml) in de **MicroCook Schenkkan / Maatkan 1 l** en voeg ook de in blokjes gesneden boter toe. Plaats het deksel in de open positie en kook 2 min 30 op 600 watt. Voeg de bloem en het zout toe. Roer zorgvuldig met de **Silicone Spatel** tot een homogene pasta dat mooi loskomt van de randen. Voeg een ei toe en meng goed. Voeg het tweede ei toe en meng goed tot een gladde, soepele pasta.
4. Roer de puree onder het choux deeg in de **MicroCook Schenkkan / Maatkan 1 l** en meng met de **Silicone Spatel**. Kruid naar smaak met zout en peper.
5. Verwarm de oven zonder rooster voor op 210 °C.
6. Bevestig de inzet met 3 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Snij met de spatel de bereiding in ± 16 poffertjes. Plaats het **MultiFlex Ovenblad** op het koude ovenrooster, leg er de poffertjes op en bak 20 min op 210 °C.



# KAASSTENGELS



**Bereidingstijd**  
5 min



**± 15 min**  
**200 °C**

## INGREDIËNTEN VOOR 20 STENGELS

- 100 g zachte boter
- 200 g bloem
- 2 ml zout
- 2 eieren
- 50 g geraspte Parmezaan

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 200 °C.
2. Meng de boter, de bloem en het zout in de **ExtraChef / Super Chef**.
3. Giet de bereiding in de **Mengkom / Mixerkom 3 l**. Voeg de eieren toe en meng goed met de **Silicone Spatel**. Voeg de geraspte Parmezaan toe en meng goed.
4. Bevestig de inzet met 6 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat.
5. Gebruik de spatel om de deegstaven uit elkaar te halen, over te brengen op het **MultiFlex Ovenblad** en in de gewenste lengte te snijden. Plaats het Ovenblad op het koude ovenrooster en bak 15 min op 200 °C.

# VEGETARISCHE KROKETTEN



**Bereidingstijd**  
**15 min**



**8 min**  
**600 watt**



**± 20 min**  
**210 °C**

## INGREDIËNTEN VOOR 8 KROKETTEN

- 150 g wortelen
- 200 g courgettes
- 100 g prei
- 25 ml water
- 2 eieren
- 60 ml melk
- 60 g instantpuree
- zout en peper

## BEREIDING

1. Schil alle groenten. Was ze, laat uitlekken en snij in kleinere stukken. Hak de groenten fijn met behulp van de **ExtraChef / Super Chef**.
2. Kook de fijngehakte groenten met het water in de **MicroCook Schenkkan / Maatkan 1 L** gedurende 8 min op 600 watt.
3. Laat 5 min rusten na het koken. Laat vervolgens uitlekken in het **Dubbel / Duo Vergiet** en gebruik de **Pureerstaaf / Aardappelstamper** om het laatste vocht uit de groenten te krijgen. Laat afkoelen.
4. Verwarm de oven zonder rooster voor op 210 °C.
5. Klop de eieren en de melk in de **Mengkom / Mixerkom 3 L** en roer er de instantpuree onder. Voeg de groenten, het zout en de peper toe en roer tot een homogene bereiding met de **Silicone Spatel**.
6. Bevestig de rechthoekige inzet op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat.
7. Snij iedere staaf in 4 gelijke kroketten met behulp van de spatel. Plaats het **MultiFlex Ovenblad** op het koude ovenrooster en leg er de kroketten op.
8. Bak 20 min op 210 °C. Heerlijk bij gegrild vlees of gebakken vis.







# KABELJAUW- KROKETTEN



**Bereidingstijd**  
15 min



**20 min op 600 watt**  
**± 3 min op 360 watt**



**± 20 min**



## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

- 500 g kabeljauw
- 400 g pureeaardappelen
- ± 80 ml water
- 1 ui (± 50 g)
- 2 teentjes knoflook
- 5 takjes peterselie
- 2 eieren
- zout en peper
- olie om te frituren

## BEREIDING

1. Doe de in stukjes gesneden kabeljauw, de geschilde, gewassen en in stukjes gesneden aardappelen en het water in de **MicroCook Rond 2,25 l**. Meng goed en kook 20 min op 600 watt. Meng halverwege de kooktijd. Laat 5 min rusten, laat uitlekken en pureer het geheel met de **Pureerstaaf / Aardappelstamper**.

2. Indien nodig, droog de kabeljauwpuree door het nogmaals te verwarmen zonder deksel gedurende 2 tot 3 min op 360 watt. Meng halverwege de kooktijd.

3. Hak de ui, de knoflook en de peterselie fijn in de **TurboMax**. Roer onder de puree en voeg vervolgens de eieren, het zout en de peper toe en meng goed met de **Silicone Spatel**.

4. Bevestig de rechthoekige inzet op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Snij iedere rechthoekige staaf in 4 gelijke stukken met behulp van de spatel. Maak met de restant in de toren nog 2 extra kroketten.

5. Bak goudbruin in hete olie. Laat indien nodig uitlekken op een vel keukenpapier.



# KIPPENROLLETJES



**Bereidingstijd**  
**20 min**



**± 30 min**  
**180 °C**

## INGREDIËNTEN VOOR 8 ROLLETJES

- 15 ml (1 el) gedroogd eekhoortjesbrood
- 100 g Aziatische noedels
- 10 muntblaadjes
- 1 ui (± 100 g)
- 3 sjalotten (± 100 g)
- 2 teentjes knoflook
- 120 g kippenwit
- zout en peper
- 1 ei
- 60 ml (4 el) olijfolie
- 50 ml paneermeel
- 4 brickvellen

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Week het eekhoortjesbrood in warm water in een **Ruimtekomp 300 ml**.
3. Laat de noedels 10 min zwellen in kokend water.
4. Hak de munt, de ui, de sjalotten en de teentjes knoflook fijn in de **ExtraChef / Super Chef**. Voeg de in stukken gesneden kip, de noedels, het uitgelekte eekhoortjesbrood, het zout en de peper toe en hak nogmaals fijn.



Verwijder de lemmeten en voeg het losgeklopte ei, 15 ml (1 el) olijfolie en het paneermeel toe. Meng goed tot een homogene bereiding met behulp van de **Silicone Spatel**.

5. Bevestig de rechthoekige inzet op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Snij iedere staaf in 4 gelijke stukken met behulp van de spatel.

6. Snij de brickvellen in twee en bestrijk beide kanten met olie met de **Silicone Borstel / Keukenkwast**. Hef met de spatel de kippenvulling op en leg in het midden van de deegblaadjes. Vouw de deegblaadjes op, leg de rolletjes op het **MultiFlex Ovenblad** en bak 30 min op 180 °C.

7. Serveer met een salade en sojasaus.

**Variant:** je kan de loempia's ook koken in pan met olie op middelhoog vuur.

# PRETZELS



**Bereidingstijd**  
**20 min**



**± 6 min**



**25 tot 30 min**  
**180 °C**

## INGREDIËNTEN VOOR 6 PRETZELS

- 325 g bloem
- 15 g bakkersgist
- 100 ml halfvolle melk
- 100 ml warm water
- 30 g gezouten boter
- 15 ml (1 el) bicarbonaat
- 15 ml (1 el) grof zeezout

### Om in te smeren

- 1 eidooier geklopt met 30 ml (2 el) halfvolle melk

## BEREIDING

1. Meng de bloem, de bakkersgist opgelost in de melk, het warme water en de gezouten boter in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** tot een soepel deeg (indien nodig voeg wat extra bloem toe).
2. Bevestig de inzet met 6 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Bebloem lichtjes het deeg. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Gebruik de spatel om de deegstaven uit elkaar te halen en te snijden. Indien het deeg kleeft, kan je de onderkant van de spatel in koud kraantjeswater dompelen. Maak de pretzels en zet opzij.
3. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
4. Breng in een grote kookpot 3 l water aan de kook, voeg de bicarbonaat toe en pocheer de pretzels 1 min in het water tot ze komen bovendrijven.
5. Laat uitlekken op keukenpapier, smeer ze in met het ei-melkmengsel en besprenkel ze met grof zeezout. Plaats het **MultiFlex Ovenblad** op het koude ovenrooster en leg er de pretzels op. Bak ze 25 tot 30 min op 180 °C.









# CHOCOLAT CHIP COOKIES



**Bereidingstijd**  
7 min



**± 10 min**  
**180 °C**

---

## INGREDIËNTEN VOOR 15 TOT 20 KOEKJES

- 85 g zachte boter
- 40 ml (± 40 g) kristalsuiker
- 40 ml (± 40 g) rietsuiker
- 1 ei
- 100 g bloem
- 5 ml (1 tl) bakpoeder
- snufje zout
- 100 g chocoladeparels

## BEREIDING

1. Klop de zachte boter met de kristalsuiker en de rietsuiker op met behulp van de **Speedy Chef**. Voeg het ei toe en klop nogmaals.
2. Voeg de overige ingrediënten toe en meng goed met behulp van de **Silicone Spatel**.
3. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
4. Bevestig de inzet met 3 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Snij iedere cilinder in 5 gelijke stukken om 15 koekjes te maken. Hef ieder koekje op met de spatel en leg het op het **MultiFlex Ovenblad**, geplaats op het koude ovenrooster. Gebruik de restant in de toren om extra koekjes te maken. Bak de koekjes 10 min op 180 °C.
5. Laat de koekjes volledig afkoelen alvorens ze van het Ovenblad te halen.

# SINAASAPPELKOEKJES



**Bereidingstijd**  
**15 min**



**15 min**  
**200 °C**

## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

- 175 g zachte boter
- 75 ml (± 75 g) suiker
- 1 sinaasappel
- 1 eidooier
- 225 g bloem
- 75 g Maïzena
- 5 ml (1 tl) bakpoeder
- snufje zout
- 100 g poedersuiker

## BEREIDING

1. Doe de zachte boter en de suiker in de **Maatkan / Mix-n-Meet 2 l** en klop met de **Klopper / Platte Garde** tot de bereiding wit wordt.
2. Schil de sinaasappel met behulp van het **Koksmaatje** en houd het sap apart.
3. Doe  $\frac{3}{4}$  van de sinaasappelzeste, 45 ml sinaasappelsap en de eidooier bij de bereiding in de **Maatkan / Mix-n-Meet 2 l** en klop nogmaals. Voeg de droge ingrediënten (bloem, Maïzena, bakpoeder en zout) toe en meng goed met de **Menglepel / Roerlepel**. Plaats de bereiding 10 min in de koelkast.
4. Verwarm de oven zonder rooster voor op 200 °C.
5. Bevestig de inzet met 6 rondjes op de **Krok-Toren / VersPers** en plaats het geheel op de plaat. Blokkeer de inzet met de spatel. Vul de toren met de bereiding. Druk de bereiding lichtjes aan met behulp van de duwer. Verwijder de spatel en duw de bereiding door de toren op de plaat. Snij iedere cilinder in gelijke staafjes en plaats ze op het **MultiFlex Ovenblad**. Ga met een vork door de bloem en druk zachtjes op de koekjes om ze wat af te vlakken. Bak de koekjes 15 min op 200 °C.
6. Maak de glazuur met de poedersuiker, 10 ml sinaasappelsap en de resterende sinaasappelzeste. Laat de koekjes afkoelen alvorens ze af te werken met de glazuur.







# INHOUD

---

Aardappelkroketten	6
Aardappelpoffertjes	11
Chocolat chip cookies	23
Gnocchi van polenta	5
Kaasstengels	13
Kabeljauwkroketten	17
Kippenrolletjes	18
Kroketten van kip en kikkererwten	8
Pretzels	20
Sinaasappelkoekjes	24
Vegetarische kroketten	14



# Tupperware®

© 2018 Tupperware. Alle rechten voorbehouden.

[www.tupperware.be](http://www.tupperware.be)  
[www.tupperware.nl](http://www.tupperware.nl)