

# STICKS



**Tupperware®**

# MULTIFLEX STICKS

De MultiFlex Sticks opent een nieuwe wereld voor trendy snackbereiding en voedselpresentatie. De opdruk met vlechten geeft je bereidingen een nieuwe twist! Verbaas je gasten met deze inspirerende bakvorm: zelfgemaakte stokjes in de oven, magnetron, koelkast of diepvries. Alle variaties en smaken mogelijk!



## KENMERKEN

ONZE LICHTE ÉN DUURZAME MULTIFLEX STICKS IS GESCHIKT VOOR TEMPERATUREN TUSSEN -25 °C EN +200 °C.

### PERFECT VOOR GERECHTEN DIE

- In traditionele ovens of magnetrons worden klaargemaakt.
- In de koelkast of diepvries dienen op te stijven.

### HET MATERIAAL

- Uitstekende niet-plakkende resultaten: invetten is overbodig.
- Eenvoudig te ontvormen dankzij de flexibiliteit van silicone.
- Onbreekbaar en zal niet vervormen bij normaal huishoudelijk gebruik.
- Eenvoudig schoon te maken en te onderhouden, de silicone vormen zijn vaatwasmachinebestendig.

### HET ONTWERP

- 16 holtjes van elk ±12 cm lengte en ±12 ml inhoud, perfect voor vele verschillende toepassingen.
- Het glimmende oppervlak zorgt voor een perfect glanzende afwerking van de chocoladestokjes.
- De ideale afmetingen om 2 MultiFlex Sticks naast elkaar te plaatsen op de meeste standaard ovenroosters.
- Twee (of meer) MultiFlex Sticks passen perfect in elkaar, wat het opbergen vergemakkelijkt en waardevolle ruimte in je kasten bespaart.
- Voor bereidingen in de koelkast en diepvries passen de MultiFlex Sticks perfect in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l.**

# TIPS

---

- Gebruik een **Shaker** om de holtes gemakkelijk te vullen met vloeibare bereidingen. Voor gesmolten chocolade in de **MicroCook Schenkkan 1 l**: giet de chocolade met behulp van de **Silicone Spatel Smal / Flessenspatel** rechtstreeks van de kan in de holtes.
- De **Silicone Spatel** is ideaal om dikkere deegsoorten of mengsels gelijkmatig in de holtes te verdelen en overtollig deeg weg te schrapen.
- Als je experimenteert met jouw eigen recepten, gebruik dan heel weinig bakpoeder of andere rijsmiddelen. Onze **Crescendo Maatjes / Maatlepels** zijn ideaal om kleine hoeveelheden af te meten.
- Verdeel je bereiding gelijkmatig over de holtes voor een optimaal en gelijkmatig bakresultaat.
- Wanneer je met twee MultiFlex Sticks naast elkaar op het ovenrooster bakt, laat je 1 à 2 cm tussen de bakvormen zodat de hete lucht goed kan circuleren.
- De resultaten kunnen per oven verschillen: pas je kooktijd daarom aan.
- Wanneer je chocoladesticks bereidt, krijg je het beste resultaat als je de chocolade op een lage wattage (360 watt) smelt in de MicroCook Schenkkan 1 L.
- Als de chocolade te warm wordt, verandert zijn structuur: je stick kan fragiel en moeilijk te ontvormen zijn, en het oppervlak kan minder glanzen. De rusttijd is ook cruciaal. Tijdens het nagaren, smelten de laatste stukjes chocolade langzaam verder.

# DO & DON'TS

---

- Was de MultiFlex Sticks voor het eerste gebruik.
- Was de binnen- en buitenkant van de MultiFlex Sticks met zeepwater en droog ze vóór elk gebruik zorgvuldig af. Verwijder eventuele vet/witte resten.
- Gebruik geen schuursponsjes of waspoeder om het product schoon te maken.
- Voor een eenvoudige hantering plaatst je de MultiFlex Sticks voor het vullen op:
  - een koud en schoon ovenrooster bij het bakken;
  - een draaiplaat voor recepten die in de magnetron worden bereid;
  - in de Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 L voor de recepten die in de koelkast of de diepvries worden gevormd.
- Verwarm de oven altijd voor alvorens te bakken (verwijder het ovenrooster voor het voorverwarmen).
- Plaats de bakvorm niet op de kookplaat, dicht bij een grill of onder een grill.
- Gebruik geen baksprays; het vet kan zich vasthechten aan het oppervlak van de siliconen vorm, waardoor hij moeilijk schoon te maken wordt en het materiaal kan beschadigen.
- Sommige voedingsmiddelen kunnen vlekken/verkleuringen veroorzaken, maar dit heeft geen invloed op de prestaties van het product.
- Gebruik altijd ovenhandschoenen bij het verwijderen van de MultiFlex Sticks uit de magnetron of traditionele oven.

# HARTIGE STICKS



**Bereidingstijd**  
10 min



**200 °C**  
25 tot 27 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 100 ml water
- 2 ml (±½ tl) zout
- 2 ml (±½ tl) bakpoeder
- 100 g bloem
- 30 ml (2 el) olijfolie
- 25 g geraspte kaas (Emmentaler, Parmezaan of andere harde kaas)

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 200 °C.
2. Doe het water, het zout en het bakpoeder in de **Maatkan / Mix-n-Meet 1,25 l**. Meng goed met de **Klopper / Platte Garde**. Voeg de bloem toe en meng opnieuw. Meng tot slot ook de olie onder het mengsel.
3. Hak de kaas fijn met de **TurboChef**, zorg ervoor dat er geen lange stroken meer zijn en voeg toe aan het deeg.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster en vul de holtes met behulp van de **Spuitzak** tot 1 mm onder de rand van de holtes.
5. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak 25 tot 27 min in de voorverwarmde oven.
6. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.

**TIP:** vervang de kaas door een van deze ingrediënten, fijngehakt met de TurboChef:

- 25 g geroosterde pinda's
- 25 g pijnboompitten
- 25 g ontpitte zwarte olijven
- 25 g zongedroogde tomaten







# POLENTA STICKS



**Bereidingstijd**  
5 min



**180 °C**  
15 min



**600 watt**  
5 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 45 g maïsgriesmeel
- 115 ml water
- 2 ml (±½ tl) zout
- 45 ml (3 el) melk
- 30 ml (2 el) geraspte parmezaan (± 18 g)

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Doe de maïsgriesmeel, het water en het zout in de **MicroCook Schenkkan 1 l**. Sluit met het deksel en kook 5 min op 600 watt.
3. Meng de polenta grondig met de **Silicone Spatel** tot hij romig wordt. Roer er melk en geraspte parmezaanse kaas door.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster en vul de holtes gelijkmatig op. Schraap overtollige restjes weg met behulp van de Silicone Spatel.
5. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak 15 min in de voorverwarmde oven.
6. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen. Serveer met vis of vlees.





# SESAM STICKS



**Bereidingstijd**  
**10 min**



**180 °C**  
**12 tot 15 min**



**Rusttijd**  
**5 min**

## INGREDIËNTEN VOOR 32 STICKS

- 215 g volkorenmeel
- 60 g sesamzaad
- 10 ml (2 tl) zout
- 5 ml (1 tl) knoflookpoeder
- 1 ml kurkumapoeder
- 75 ml (5 el) sesamolie
- 110 ml water

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Mix in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** de bloem, het sesamzaad en de kruiden.
3. Meng in de **Ruimtekom 300 ml** de sesamolie en het water. Voeg toe aan het bloemmengsel en meng vervolgens met behulp van de **Silicone Spatel** tot het deeg zich vormt. Het deeg moet plakkerig zijn.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster en vul de holtes gelijkmatig op, met ongeveer ½ el (± 7 ml) deeg per holte.
5. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak 12 tot 15 min in de voorverwarmde oven.
6. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.
7. Herhaal stap 4 tot 6 met het resterende deeg.

# BOTER STICKS



**Bereidingstijd**  
5 min



**Vriestijd**  
1 uur

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

### Zongedroogde tomaat

- 165 g zachte gezouten boter
- 50 g zongedroogde tomaten, fijngehakt met de **TurboChef**

### Koriander-limoen

- 165 g zachte gezouten boter
- 1 limoen, zeste met behulp van de **Koksmaat** Citrusrasp
- 30 ml (2 el) limoensap
- 30 g koriander, fijngehakt met de TurboChef

### Kaneelsuiker

- 165 g zachte ongezouten boter
- 30 ml (2 el) gemalen kaneel
- 30 g suiker

## BEREIDING

1. Doe de boter en de kruiden in de **Mengkom / Mixerkom 3 l**. Gebruik de **Silicone Spatel** en meng totdat de aroma's volledig zijn opgenomen.
2. Verdeel de boter in de holtes van de **MultiFlex Sticks** met behulp van de Silicone Spatel. Schraap overtollige restjes weg.
3. Plaats de gevulde MultiFlex Sticks in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en zet ze gedurende 1 uur in de diepvries.
4. Zachtjes ontvormen en bewaren in de diepvries tot gebruik.

**TIP:** de koriander-limoen en zongedroogde tomaatboters zijn lekker op gegrilde kip of vis. De kaneelsuikerstok is ideaal voor het ontbijt met pannenkoeken, toast en wafels of om croissants mee te vullen.



# ZACHTE COURGETTE STICKS



**Bereidingstijd**  
10 min



**190 °C**  
18 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR

### 16 STICKS

- 5 basilicumblaadjes (kan vervangen worden door peterselie of koriander)
- 60 g courgette, ontpit
- 1 ei
- 50 ml (10 tl) volle room
- 25 g bloem
- zout en peper
- 5 ml (1 tl) olie

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 190 °C.
2. Hak de basilicumblaadjes en de in stukken gesneden courgette fijn met de **ExtraChef / Super Chef**.
3. Vervang het lemmet door de klopper en voeg de resterende ingrediënten toe. Meng goed.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster en vul de holtes gelijkmatig op met behulp van de **Silicone Spatel**.
5. Tik het rooster zachtjes tegen het werkblad om overtollige luchtballen te verwijderen. Bak 18 min op 190 °C.
6. Laat 5 min alvorens te ontvormen.





# PIZZA STICKS



**Bereidingstijd**  
15 min



**Rusttijd**  
10 min



**180 °C**  
15 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 50 ml (10 tl) water
- 2 ml (±½ tl) droge bakkersgist
- 2 ml (±½ tl) suiker
- 100 g bloem
- 1 ml zout
- 30 ml (2 el) olie

### Garnituur

- 15 ml (1 el) tomatensaus (passata)
- 30 g fijne gehakte mozzarella
- 30 g hesp, in reepjes gesneden

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Doe het water, de bakkersgist en de suiker in de **Shaker 350 ml** en laat 5 min rusten.
3. Voeg de bloem, het zout en de olie toe. Sluit met het deksel en schud goed.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster.
5. Verdeel het deeg in 16 gelijke porties en rol elke portie op het bebloemde **Deegblad Antislip / Placemat** tot stokjes van ongeveer 12 cm. Druk ze in de holtes van de MultiFlex Sticks.
6. Verdeel de ingrediënten van de garnituur in volgorde over het deeg met behulp van de **Silicone Spatel Smal / Flessenspatel**. Duw de mozzarella en de hesp lichtjes in het deeg.
7. Bak 15 min in de voorverwarmde oven op 180 °C. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.

**VARIANTEN:** vervang de ingrediënten voor de garnituur door:

- **Pizza tonijn:** 15 ml (1 el) tomatensaus, 30 g uitgelekte tonijn en 30 g fijngehakte paprika.
- **Pizza parmezaan:** 15 g geraspte parmezaan.





# ZOETE KROKANTE STICKS



**Bereidingstijd**  
10 min



**180 °C**  
17 tot 18 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR 32 STICKS

- 50 ml (10 tl) melk
- 1 ei
- 30 ml (2 el) plantaardige olie
- 65 g bloem
- 2 ml (±½ tl) bakpoeder
- 40 g suiker
- 1 snufje zout

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Meng in de **Shaker 350 ml** alle ingrediënten in volgorde, sluit met het deksel en schud tot alles volledig gemengd is, ± 30 seconden.
3. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster en vul de holtes gelijkmatig op.
4. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak gedurende 17 tot 18 min.
5. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.
6. Herhaal stap 3 tot 5 met het resterende beslag.

**Smaak toevoegen:** voeg één van deze ingrediënten toe tijdens stap 2:

- 15 ml (1 el) ongezoet cacaopoeder
- schil van ½ sinaasappel of citroen, rasp met behulp van de Citrusrasp van het **Koksmatje**
- 5 ml (1 tl) vanillepoeder
- 2 ml (±½ tl) kaneel
- 10 ml (2 tl) matcha green tea
- ½ tonkaboon, geraspt met de mini-rasp van de

### **Click Series Accessoireset**

**TIP:** een andere leuke variatie is om per holte van de MultiFlex Sticks bovenop het beslag ½ tl fijngehakte noten (pistache, hazelnoot, amandel ...) te strooien.

# ZEBRA STICKS



**Bereidingstijd**  
15 min



**50 °C**  
10 min



**Rusttijd**  
1 tot 2 uur

---

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 100 g pure chocolade (± 55% cacao gehalte)
- 100 g witte chocolade

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 50 °C.
2. Breek de pure en witte chocolade in kleine stukken.
3. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster. Vul de holtes gelijkmatig op met afwisselend stukken pure en witte chocolade, ± 12,5 g chocolade per holte.
4. Laat gedurende 10 min smelten in de voorverwarmde oven.
5. Laat 1 min staan en tik dan zachtjes op het rooster op het aanrecht om de chocolade te egaliseren.
6. Plaats de MultiFlex Sticks voorzichtig in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en laat 1 tot 2 uur afkoelen in de koelkast. Ontvorm voorzichtig.







# CHOCOLADESTICKS MET SMAAK



**Bereidingstijd**  
15 min



**360 watt**  
± 3 min



**Rusttijd**  
± 3 min



**Rusttijd**  
1 tot 2 uur

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 200 g pure chocolade
- **Smaak naar keuze:**
- schil van ½ sinaasappel of limoen, rasp met behulp van de Citrusrasp van het **Koksmaatje**
- 5 ml (1 tl) fijngehakte Earl Grey thee
- 2 ml (±½ tl) kaneel
- 2 ml (±½ tl) chilipoeder
- 5 ml (±½ tl) vanillepoeder
- 2 ml (±½ tl) gemberpoeder + zeste van ½ limoen
- 1 tonkaboon, geraspt met de mini-rasp van de **Click Series Accessoireset**
- 1 snufje zout

## BEREIDING

1. Breek de chocolade in stukken en doe 150 g in de **MicroCook Schenkkan 1 l**. Sluit met het deksel en laat gedurende 2 min 30 smelten op 360 watt. Laat 1 min rusten en meng met de **Silicone Spatel**. Als de chocolade niet volledig gesmolten is, doe deze dan opnieuw met tussenpozen van 30 sec in de magnetron tot hij gesmolten is.

2. Voeg de resterende 50 g chocolade toe, sluit met het deksel en laat 2 min rusten. Meng en als de chocolade niet volledig gesmolten is, doe hem dan opnieuw in de magnetron met tussenpozen van 10 sec tot hij gesmolten is.

3. Voeg het extra ingrediënt naar keuze toe en roer zachtjes tot een geheel. Je kan ook smaken combineren zoals gember en citroen.

4. Plaats de **MultiFlex Sticks** in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en vul de holtes gelijkmatig op. Tik zachtjes op de Doos op het aanrecht om de chocolade te egaliseren en luchtballen te verwijderen.

5. Laat 1 tot 2 uur afkoelen in de koelkast.

6. Om warme chocolademelk te bereiden, serveer je één of twee sticks in een glas warme melk. De sticks zijn ook geweldig als zoete traktatie.

**TIP:** het proces van het toevoegen van ongesmolten chocolade aan de gesmolten chocolade zal helpen om een glanzende textuur voor de chocoladesticks te creëren.

# KROKANTE CHOCOLADESTICKS



**Bereidingstijd**  
15 min



**360 watt**  
±3 min



**Ruistijd**  
±3 min



**Ruistijd**  
1 tot 2 uur

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 175 g pure chocolade

### Smaak naar keuze:

- 30 g speculoos, verkruid
- 10 g gepofte rijst
- 40 g veenbessen, in drieën gesneden
- 40 g rozijnen
- 40 g noten, fijngesneden met de

### TurboChef

- 25 g wit sesamzaad
- 40 g pompoenpitten
- 20 g maïsvlokken, verkruid
- 30 g geraspte kokos

## BEREIDING

1. Breek de chocolade in stukken en doe 125 g in de **MicroCook Schenkan 1 l**. Sluit met het deksel en laat gedurende 2 min 30 smelten op 360 watt. Laat 1 min rusten en meng met de **Silicone Spatel Smal / Fessenspatel**. Als de chocolade niet volledig gesmolten is, doe deze dan opnieuw met tussenpozen van 30 sec in de magnetron tot hij gesmolten is.

2. Voeg de resterende 50 g chocolade toe, sluit met het deksel en laat 2 min rusten. Meng en als de chocolade niet volledig gesmolten is, doe hem dan opnieuw in de magnetron met tussenpozen van 10 sec tot hij gesmolten is.

3. Plaats de **MultiFlex Sticks** in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en vul de holtes gelijkmatig op. Tik zachtjes op de Doos op het aanrecht om de chocolade te egaliseren en luchtballen te verwijderen.

4. Verdeel het extra ingrediënt naar keuze over de chocoladesticks.

5. Laat 1 tot 2 uur afkoelen in de koelkast alvorens voorzichtig te ontvormen.

6. Om warme chocolademelk te bereiden, serveer je één of twee sticks in een glas warme melk. De sticks zijn ook geweldig als zoete traktatie.

**TIP:** het proces van het toevoegen van ongesmolten chocolade aan de gesmolten chocolade zal helpen om een glanzende textuur voor de chocoladesticks te creëren.









# ZANDKOEKJES



**Bereidingstijd**  
10 min



**180 °C**  
13 tot 14 min



**Rusttijd**  
15 tot 30 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 60 g zachte boter
- 25 g poedersuiker
- 75 g bloem
- 1 snufje zout

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Meng in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** de boter en de poedersuiker met behulp van de **Klopper / Platte Garde** tot alles glad is. Voeg de bloem en het zout toe en meng met behulp van de **Silicone Spatel** tot een gelijkmatig deeg. Als het deeg te zacht is, plaats het dan 15 tot 30 min in de koelkast.
3. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster.
4. Verdeel het deeg in 16 gelijke porties en rol elke portie op het bebloemde **Deegblad Antislip / Placemat** tot stokjes van ongeveer 12 cm. Druk ze in de holtes van de MultiFlex Sticks.
5. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak gedurende 13 tot 14 min.
6. Laat volledig afkoelen alvorens te ontvormen.

# IJSSTICKS MET AARDBEI



**Bereidingstijd**  
15 min



**Vriestijd**  
6 tot 8 uur

## INGREDIËNTEN VOOR

### 16 STICKS

- 200 g de aardbeien
- 40 ml (8 tl) poedersuiker (± 20 g)

### Om op te dienen:

- 200 ml volle room
- 40 ml (8 tl) poedersuiker (± 20 g)
- 100 g meringue

## BEREIDING

1. Was en ontdoe de aardbeien van hun steeltje. Hak de aardbeien met de poedersuiker fijn met behulp van de **TurboMax**.
2. Plaats de **MultiFlex Sticks** in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l**. Vul, met behulp van een theelepel, de holtes van de MultiFlex Sticks gelijkmatig op, ongeveer 2 theelepels per holte.
3. Plaats minstens 6 tot 8 uur in de diepvries.
4. Klop net voor het serveren met de **Speedy Chef** de koude, volle room stijf. Voeg de resterende poedersuiker toe en klop nog een paar seconden. Breek de meringue in stukken.
5. Haal de ijssticks voorzichtig uit de vorm en serveer ze samen met de slagroom en de krokante stukken meringue.

**TIP:** deze ijssticks zijn ook geweldig voor het afwerken van een smoothie of Açaí bowl!







# BISCOTTI MET ANIJS



**Bereidingstijd**  
5 min



**180 °C**  
15 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 70 g suiker
- 45 ml (3 el) plantaardige olie
- 1 ei
- 5 ml (1 tl) anijsextract
- 170 g bloem
- 5 ml (1 tl) bakpoeder

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Klop in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** de suiker, de olie, het ei en de anijs met behulp van de **Klopper / Platte Garde** tot een schuimige massa. Voeg de bloem en het bakpoeder toe en meng met behulp van de **Silicone Spatel** tot een homogeen beslag.
3. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster.
4. Verdeel het deeg in 16 gelijke porties en rol elke portie op het bebloemde **Deegblad Antislip / Placemat** tot stokjes van ongeveer 12 cm. Druk ze in de holtes van de MultiFlex Sticks.
5. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak gedurende 15 min of tot wanneer het goudbruin ziet.
6. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.
7. Dien op met koffie of thee.

# PEPERKOEK STICKS



**Bereidingstijd**  
10 min



**Vriestijd**  
10 min



**180 °C**  
10 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR

### 16 STICKS

- 40 g zachte boter
- 40 g donkerbruine suiker (± 50 ml)
- 1 eigeel
- 15 ml (1 el) vloeibare honing
- 45 g bloem
- 7 ml peperkoekkruiden
- 1 ml bakpoeder
- 1 ml zout

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Meng in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** de boter en de suiker met behulp van de **Klopper / Platte Garde** tot alles glad is. Voeg dan het eigeel en de honing toe en meng goed. Voeg de bloem, de peperkoekkruiden, het bakpoeder en het zout toe en meng met behulp van de **Silicone Spatel** tot een gelijkmatig deeg.
3. Maak het deeg plat en plaats het in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en vries 10 min in tot het stevig is.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster.
5. Verdeel het deeg in 16 gelijke porties en rol elke portie op het bebloemde **Deegblad Antislip / Placemat** tot stokjes van ongeveer 12 cm. Druk ze in de holtes van de MultiFlex Sticks.
6. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak gedurende ongeveer 10 min.
7. Laat 5 rusten alvorens te ontvormen.





# COOKIE STICKS



**Bereidingstijd**  
10 min



**Vriestijd**  
10 min



**180 °C**  
10 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 40 g zachte boter
- 20 ml (4 tl) suiker (± 20 g)
- 20 ml (4 tl) lichtbruine suiker (± 20 g)
- 1 eigeel
- 1 ml vanille-extract
- 45 g bloem
- ½ ml bakpoeder
- ½ ml zout
- 30 g chocoladeparels

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Meng in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** de boter en de suiker met behulp van de **Klopper / Platte Garde** tot alles glad is. Voeg het eigeel en het vanille-extract toe en meng goed. Voeg de bloem, het bakpoeder, het zout en de chocoladeparels toe en meng met behulp van de **Silicone Spatel** tot een gelijkmatig deeg.
3. Maak het deeg plat en plaats het in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en vries 10 min in tot het stevig is.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster.
5. Verdeel het deeg in 16 gelijke porties en rol elke portie op het bebloemde **Deegblad Antislip / Placemat** tot stokjes van ongeveer 12 cm. Druk ze in de holtes van de MultiFlex Sticks.
6. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak gedurende ongeveer 10 min.
7. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.

**TIP:** heerlijk bij een glas koude melk.

# KOKOS STICKS



**Bereidingstijd**  
10 min



**180 °C**  
10 min



**Vriestijd**  
10 min



**Rusttijd**  
5 min

## INGREDIËNTEN VOOR 16 STICKS

- 40 g zachte boter
- 40 g suiker
- 1 eigeel
- 1 ml kokosnootextract
- 45 g bloem
- 1 ml bakpoeder
- 1 ml zout
- 20 g kokoschilfers

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Meng in de **Mengkom / Mixerkom 3 l** de boter en de suiker met behulp van de **Klopper / Platte Garde** tot alles glad is. Voeg dan het eigeel en het kokosnootextract toe. Voeg de bloem, het bakpoeder, het zout en de kokoschilfers toe en meng met behulp van de **Silicone Spatel** tot een gelijkmatig deeg.
3. Maak het deeg plat en plaats het in de **Igloo / Diepvries Doos Plus 2,25 l** en vries 10 min in tot het stevig is.
4. Plaats de **MultiFlex Sticks** op het koude ovenrooster.
5. Verdeel het deeg in 16 gelijke porties en rol elke portie op het bebloemde **Deegblad Antislip / Placemat** tot stokjes van ongeveer 12 cm. Druk ze in de holtes van de MultiFlex Sticks.
6. Plaats het rooster op het laagste niveau in de oven en bak gedurende ongeveer 10 min.
7. Laat 5 min rusten alvorens te ontvormen.

**TIP:** heerlijk ondergedompeld in gesmolten chocolade!







# MUESLI STICKS



**Bereidingstijd**  
**10 min**



**360 watt**  
**30 sec**



**180 °C**  
**14 min**

---

## INGREDIËNTEN VOOR

### 16 STICKS

- 50 g boter
- 50 ml (10 tl) vloeibare honing
- 90 g muesli of havermoutvlokken

## BEREIDING

1. Verwarm de oven zonder rooster voor op 180 °C.
2. Smelt de boter in de **MicroCook Schenkan 1 l** gedurende 30 sec op 360 watt. Voeg nadien de honing toe en meng goed. Voeg tot slot ook de muesli toe en meng met behulp van de **Silicone Spatel Smal / Flessenspatel**.
3. Verdeel de bereiding over de holtes van de **MultiFlex Sticks** en druk goed aan met de Silicone Spatel Smal / Flessenspatel.
4. Plaats de bakvorm op het koude rooster en bak 14 min. Laat afkoelen alvorens te ontvormen.
5. De graanrepen worden krokanter naarmate ze afkoelen.



# INHOUD

---

BISCOTTI MET ANIJS	29
BOTER STICKS	10
CHOCOLADESTICKS MET SMAAK	21
COOKIE STICKS	33
HARTIGE STICKS	4
IJSSTICKS MET AARDBEI	26
KOKOS STICKS	34
++KROKANTE CHOCOLADESTICKS	22
MUESLI STICKS	37
PEPERKOEK STICKS	30
PIZZA STICKS	14
POLENTA STICKS	7
SESAM STICKS	9
ZACHTE COURGETTE STICKS	12
ZANDKOEKJES	25
ZEBRA STICKS	18
ZOETE KROKANTE STICKS	17





# Tupperware®

© 2019 Tupperware. Alle rechten voorbehouden

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

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