



Orzo, briciole alle alici e burrata pugliese con salsa cruda ai pomodorini e basilico

25 minuti

11



Burrata pugliese



Orzo perlato



Alici



Pomodorini Datterini



Basilico



Panko (pangrattato giapponese)



La tua opinione conta! Apri la sezione della app "Il mio menù" e scorri le settimane precedenti per lasciare un voto alle ricette: la tua opinione aiuterà i nostri chef a creare piatti ancora più buoni!

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe

Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Burrata pugliese** 7)	1 pezzo	2 pezzi
Orzo perlato 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Alici 4)	46 g	92 g
Pomodorini Datterini**	150 g	250 g
Basilico**	5 g	10 g
Panko (pangrattato giapponese) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	261 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2405 kJ/ 575 kcal	923 kJ/ 221 kcal
Grassi (g)	20 g	8 g
Grassi saturi (g)	10 g	4 g
Carboidrati (g)	73 g	28 g
Zuccheri (g)	1 g	1 g
Fibre (g)	9 g	4 g
Proteine (g)	22 g	8 g
Sale (g)	3 g	1 g

Allergeni

4) Pesce 7) Latte 13) Cereali contenenti glutine

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

Mi raccomando!

Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito hellofresh.it

1



Lessare l'orzo

TIP: usate un bollitore o coprite la pentola con un coperchio per velocizzare la bollitura.

- Portate a bollore una pentola d'**acqua** salata.
- Lessate l'**orzo** per 20 minuti circa. Assaggiatelo per verificare il grado di cottura prima di scolarlo.
- Tritate finemente metà del **basilico**. Trasferitelo in una ciotolina con 2-3 cucchiaini di **olio** e un pizzico di **sale**.

3



Tostare il crumble

- Scaldate una padella a fuoco medio con 2-3 cucchiaini d'**olio**.
- Unite le **alici** e mescolate finché si saranno disfatte, per circa 2-3 minuti, quindi aggiungete il **panko**.
- Tostate, mescolando spesso, per 2 minuti, finché il panko risulterà dorato.

2



Preparare la salsa crudaiola

- Tagliate i **pomodorini** a metà.
- Trasferiteli in un bicchiere del mixer, condite con **olio**, **sale**, **pepe** e il resto del **basilico** e frullate fino a ottenere una salsa omogenea.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini d'**acqua** per allungare la salsa, se necessario.
- Tagliate la **burrata** a tocchetti.

4



Disporre nei piatti

- Disponete l'**orzo** nei piatti, irroratelo con la **salsa crudaiola** e adagiate sopra i tocchetti di **burrata**.
- Spolverizzate con il **crumble** di panko e alici e condite con l'**olio al basilico**.

Buon Appetito!