



Couscous ai pomodorini e mozzarella di bufala con olive leccino, mandorle e glassa al balsamico

35 minuti

8



Couscous



Basilico



Olive leccino



Mandorle



Glassa Al Balsamico



Mozzarella di Bufala campana Dop



Pomodorini ciliegini



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: Sale, Olio d'oliva

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Couscous 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Basilico**	5 g	10 g
Olive leccino	1 pacchetto	2 pacchetti
Mandorle 2)	1 pacchetto	2 pacchetti
Glassa Al Balsamico 14)	2 pacchetti	4 pacchetti
Mozzarella di Bufala campana Dop** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodorini ciliegini**	250 g	500 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	327 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2724 kJ/ 651 kcal	833 kJ/ 199 kcal
Grassi (g)	28 g	9 g
Grassi saturi (g)	16 g	5 g
Carboidrati (g)	74 g	23 g
Zuccheri (g)	12 g	4 g
Fibre (g)	15 g	5 g
Proteine (g)	24 g	7 g
Sale (g)	1 g	0.4 g

Allergeni

2) Frutta a guscio **7)** Latte **13)** Cereali contenenti glutine **14)** Anidride solforosa e solfiti

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



Preparare i pomodorini

- Tagliate i **pomodorini** a metà.
- Scaldate un filo d'**olio** in una padella a fuoco medio, aggiungete i **pomodorini** e le **olive**. Coprite con un coperchio e cuocete per circa 10-15 minuti a fuoco basso, finché saranno teneri e dorati, mescolando di tanto in tanto e aggiungendo qualche cucchiaino d'**acqua** se i pomodorini dovessero attaccarsi.
- A fine cottura regolate di **sale**.

3



Mantecare il couscous

- Aggiungete il **couscous** nella padella con i **pomodorini**.
- Alzate la fiamma e cuocete per 1-2 minuti, mescolando bene per amalgamare gli ingredienti.

2



Cuocere il couscous

- Portate a bollire una pentola con 200 ml di **acqua** (per 2 persone).
- Raggiunto il bollore salate leggermente l'**acqua**, unite 1 cucchiaino di **olio extravergine** e spegnete il fuoco: versate dentro il couscous, mescolate, chiudete con un coperchio e tenete da parte coperto.
- Nel frattempo, tritate grossolanamente le **mandorle** e tagliate la **mozzarella** a tocchetti.

4



Disporre nei piatti

- Disponete il **couscous** nei piatti, guarnitelo con le **mandorle** e qualche foglia di **basilico** e adagiatevi sopra la **mozzarella**.
- Irrorate a piacere con un filo di **glassa al balsamico**.

Buon Appetito!