



Couscous al pesto e burrata pugliese con datterini, anacardi e cipolle caramellate

40 minuti

8



Cipolla



Burrata pugliese



Couscous



Pesto Di Basilico Dop



Pomodorini ciliegini



Anacardi



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, Zucchero

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Burrata pugliese** 7)	1 pezzo	2 pezzi
Couscous 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pesto Di Basilico Dop** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodorini ciliegini**	250 g	500 g
Anacardi 2)	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	378 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	35438 kJ/ 846 kcal	937 kJ/ 224 kcal
Grassi (g)	51 g	14 g
Grassi saturi (g)	15 g	4 g
Carboidrati (g)	75 g	20 g
Zuccheri (g)	11 g	3 g
Fibre (g)	14 g	4 g
Proteine (g)	21 g	6 g
Sale (g)	1 g	0.4 g

Allergeni

2) Frutta a guscio 7) Latte 8) Uova 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](https://www.hellofresh.it)



Cuocere i pomodorini

- Tagliate i **pomodorini** a metà.
- Scaldate un filo d'**olio** in una padella a fuoco medio, aggiungete i **pomodorini**, coprite con un coperchio e cuocete per 15 minuti a fuoco basso. Aggiungere un cucchiaino d'acqua se si dovessero attaccare.
- Alla fine salate a piacere.



Condire il couscous

- Trasferite il **couscous** nella padella con i **pomodorini**. Alzate la fiamma e cuocete per altri 1-2 minuti, mescolando bene.
- Tritate grossolanamente gli **anacardi**.



Cuocere il couscous

- Portate a bollire una pentola con 200 ml di **acqua** (per 2 persone).
- Raggiunto il bollore salate l'acqua, unite 1 cucchiaino di **olio extravergine** e spegnete il fuoco: versate dentro il couscous e chiudete con un coperchio.
- Lasciate riposare per almeno 5-7 minuti, senza aprire.



Disporre nei piatti

- Disponete il **couscous** con i **pomodorini** nei piatti e irroratelo con un filo d'**olio**.
- Adagiatevi sopra la **burrata**, tagliata a metà e guarnite con gocce di **pesto**, le **cipolle** e gli **anacardi**.



Preparare le cipolle

- Sbucciate la **cipolla** e affettatela sottilmente.
- Scaldate un filo d'**olio** in una seconda padella a fuoco medio, unite la cipolla, un pizzico di **sale** e cuocete per 3-4 minuti.
- Aggiungete, per ogni persona, 1 cucchiaino di **zucchero**, 2 cucchiaini d'**acqua** e proseguite la cottura a fuoco basso per 5-6 minuti.

Buon Appetito!