



Polpette in "dry rub" alle erbe con patate novelle, datterini e glassa al balsamico

25 minuti • Mangiami per primo

6



Dry Rub alle erbe



Patate



Pomodorini Datterini



Glassa Al Balsamico



Polpette di pollo



Insalata Mista



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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

| | 2P | 4P |
|--------------------------------|-------------|-------------|
| Dry Rub alle erbe 8) | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Patate | 8 pezzi | 16 pezzi |
| Pomodorini Datterini** | 150 g | 500 g |
| Glassa Al Balsamico 14) | 2 pacchetti | 4 pacchetti |
| Polpette di pollo** | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Insalata Mista** | 50 g | 100 g |

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

| | Per porzione | Per 100g |
|----------------------------------|----------------------|--------------------|
| per gli ingredienti non cucinati | 436 g | 100 g |
| Energia (kJ/kcal) | 1524 kJ/ 364 kcal | 349 kJ/ 84 kcal |
| Grassi (g) | 7 g | 2 g |
| Grassi saturi (g) | 2 g | 0 g |
| Carboidrati (g) | 50 g | 12 g |
| Zuccheri (g) | 7 g | 2 g |
| Fibre (g) | 4 g | 1 g |
| Proteine (g) | 25 g | 6 g |
| Sale (g) | 3 g | 1 g |

Allergeni

8) Uova **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



Cuocere le patate

- Tagliate le **patate** a metà (potete tenere la buccia).
- Portate su fuoco medio-alto una padella antiaderente con un filo d'**olio d'oliva**, le patate e 150 ml di **acqua** (circa mezzo bicchiere) per 2 persone. Coprite con un coperchio e cuocete per circa 13-14 minuti.
- Togliete il coperchio e proseguite la cottura per 4-5 minuti, o finché le patate saranno dorate.

3



Cuocere le polpette

TIP: le polpette saranno cotte quando la carne all'interno risulterà bianca e asciutta.

- Scaldate una padella a fuoco medio con 1-2 cucchiaini d'**olio**.
- Rosolate le **polpette** per circa 6-7 minuti, mescolando ogni tanto.
- Mescolate insieme il **dry rub** con 5 cucchiaini d'**acqua** (per 2 persone) e versatelo sulle polpette.
- Proseguite la cottura per altri 1-2 minuti.

2



Preparare l'insalata

- Nel frattempo, tagliate i **pomodorini** a metà.
- Trasferiteli in una ciotola con l'**insalata mista** e condite con **sale** e **olio** a piacere.

4



Disporre nei piatti

- Disponete le **polpette** nei piatti, irrorandole con il loro fondo di cottura, e accompagnate con le **patate**.
- Servite a parte l'**insalata** e conditela a piacere con la **glassa al balsamico**.

Buon Appetito!