



Frittelle di carote e formaggio stile Cipro con insalata di songino e pomodori secchi

35 minuti • Uova non incluse • Mangiami per primo

7



Carote Julienne



Aioli



Mix di erbe in stile italiano



Insalata songino



Pomodori Secchi



Formaggio stile Cipro



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, Pepe, Olio d'oliva, Uova, Farina, Aceto

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Carote Julienne**	1 pezzo	2 pezzi
Aioli 8) 9)	1 pacchetto	2 pacchetti
Mix di erbe in stile italiano	1 pacchetto	1 pacchetto
Insalata songino**	1 pezzo	2 pezzi
Pomodori Secchi	1 pacchetto	2 pacchetti
Formaggio stile Cipro** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	302 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2190 kJ/ 524 kcal	725 kJ/ 173 kcal
Grassi (g)	40 g	13 g
Grassi saturi (g)	16 g	5 g
Carboidrati (g)	16 g	5 g
Zuccheri (g)	15 g	5 g
Fibre (g)	6 g	2 g
Proteine (g)	23 g	8 g
Sale (g)	3 g	1 g

Allergeni

7) Latte **8)** Uova **9)** Senape

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)



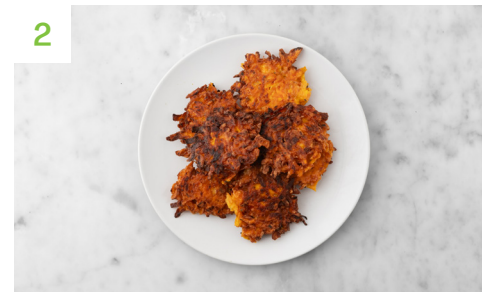
Preparare le verdure

- Raccogliete le **carote** in una ciotola con 3-4 cucchiaini di **farina** e **1 uovo** (per 2 persone), un cucchiaino di **mix di erbe** e **sale** e mescolate bene per amalgamare gli ingredienti.



Condire l'insalata

- Tagliate nel frattempo i **pomodori secchi** a tocchetti e raccoglieteli in una ciotola con l'**insalata**.
- Condite a piacere con **sale**, **aceto** e **olio**.



Cuocere le frittelle

- Scaldare a fuoco medio abbastanza **olio** da coprire il fondo di una padella.
- Quando l'olio è caldo, unite un cucchiaino di **impasto di carote** e livellatelo bene, fino a formare dei dischetti spessi circa 0,5 cm.
- Cuocete per 5-6 minuti, girandoli una volta sola a metà cottura.
- Trasferiteli in un piatto foderato con carta da cucina per eliminare l'olio in eccesso.



Disporre nei piatti

- TIP: la salsa aioli ha un intenso sapore di aglio, dosatela secondo i vostri gusti.**
- Disponete nei piatti le **frittelle** di carote e il **formaggio** grigliato.
 - Accompagnate con l'**insalata** e con la **salsa aioli**.



Grigliare il formaggio

TIP: il formaggio stile Cipro tende a diventare gommoso se lo si lascia raffreddare, gustatelo subito dopo la cottura.

- Tagliate a fette il **formaggio stile Cipro** (dovrete ottenere circa 5-6 fette a persona).
- Scaldare un filo d'**olio d'oliva** in una padella a fuoco medio-alto, unite il formaggio e grigliatelo per 2-3 minuti per lato, finché sarà dorato.

Buon Appetito!