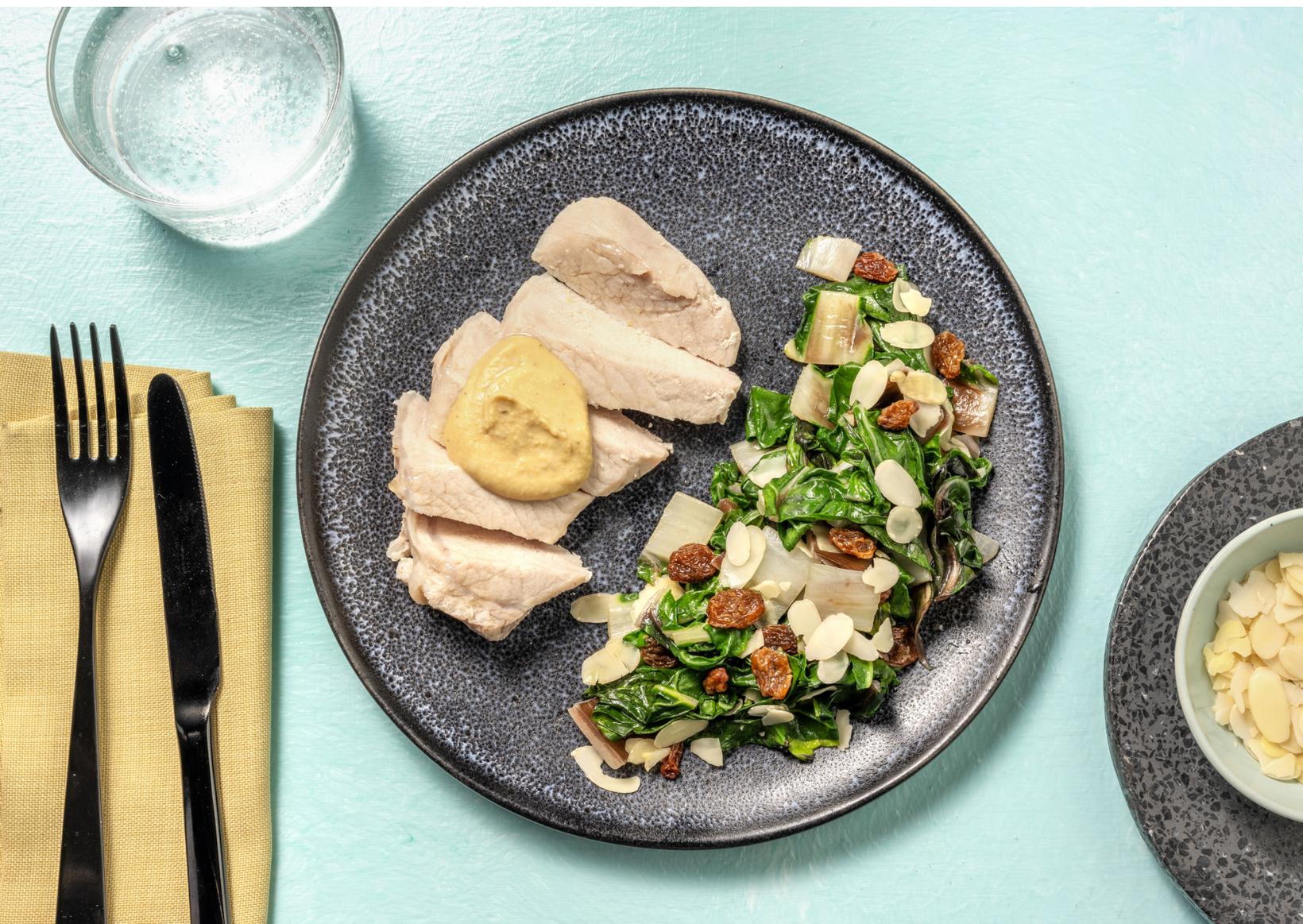


# Fettine di maiale in salsa "finta tonnata" con bietole rosolate, uvetta e mandorle

25 minuti

19



Lonza precotta



Ceci



Limone



Capperi



Bietola



Uvetta



Mandorle affettate



Maionese



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?  
Scansiona il QR code e lascia un commento!

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Lonza precotta**	300 g	600 g
Ceci	1 pacchetto	2 pacchetti
Limone	1 pezzo	2 pezzi
Capperi	1 pacchetto	2 pacchetti
Bietola**	200 g	400 g
Uvetta	10 g	20 g
Mandorle affettate 2)	1 pacchetto	2 pacchetti
Maionese 8)	2 pacchetti	4 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>505 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	2177 kJ/ 520 kcal	431 kJ/ 103 kcal
Grassi (g)	21 g	4 g
Grassi saturi (g)	4 g	1 g
Carboidrati (g)	32 g	6 g
Zuccheri (g)	8 g	2 g
Fibre (g)	14 g	3 g
Proteine (g)	47 g	9 g
Sale (g)	3 g	1 g

## Allergeni

2) Frutta a guscio 8) Uova

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)

1



## Cuocere le bietole

- Mettete l'**uvetta** in una ciotolina con acqua tiepida.
- Eliminate la parte più dura del gambo e tagliate le **bietole** a tocchetti di 2 cm circa.
- Scaldate una padella antiaderente con 1-2 cucchiaini d'**olio**. Unite le bietole con 100 ml di **acqua** (circa mezzo bicchiere) per 2 persone, **sale, pepe** e cuocete con il coperchio a fuoco medio per 13-14 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- Quando mancano 5 minuti alla fine, unite anche le **mandorle** e l'**uvetta**.
- Portate a bollore pentolino d'**acqua** non salata per scaldare la lonza.

3



## Scaldare la lonza

- Riscaldete la **lonza** in acqua bollente per 5-6 minuti, senza toglierla dalla busta.
- Scolatela, aprite la busta e tagliatela a fette di circa 1 cm.

2



## Preparare la salsa

- Scolate i **ceci** e sciacquateli sotto acqua corrente.
- Scaldate una padella antiaderente con un filo d'**olio**, unite i ceci, i **capperi**, **sale, pepe**, 50 ml di **acqua** (circa 5 cucchiaini) per 2 persone e cuocete con il coperchio per 5-6 minuti.
- Trasferiteli in un bicchiere del mixer e frullateli con 1 cucchiaino d'**olio** per persona, la **maionese** e il succo di uno spicchio di **limone**, fino a ottenere una salsa liscia. Se necessario, aggiungete altra acqua calda per allungare la consistenza e aggiustate di sale.

4



## Disporre nei piatti

- Disponete le fette di **lonza** nei piatti e condite con la **salsa**.
- Accompagnate con le **bietole**.

Buon Appetito!