



# Vellutata al cavolfiore e gorgonzola Dop con crostini di polenta, timo e nocciole

30 minuti

9



Patate



Polenta



Cavolfiore



Burro



Brodo Granulare  
Vegetale



Cipolla



Nocciole



Gorgonzola Dop



Timo essiccato



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

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Patate	1 pezzo	2 pezzi
Polenta	1 pacchetto	2 pacchetti
Cavolfiore	1 pezzo	2 pezzi
Burro** 7)	2 pacchetti	4 pacchetti
Brodo Granulare Vegetale 10)	1 pacchetto	2 pacchetti
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Nocciole 2)	1 pacchetto	2 pacchetti
Gorgonzola Dop** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Timo essiccato	1 pacchetto	1 pacchetto

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>646 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	2630 kJ/ 629 kcal	407 kJ/ 97 kcal
Grassi (g)	30 g	5 g
Grassi saturi(g)	15 g	2 g
Carboidrati (g)	65 g	10 g
Zuccheri (g)	7 g	1 g
Fibre (g)	8 g	1 g
Proteine (g)	24 g	4 g
Sale (g)	4 g	1 g

## Allergeni

2) Frutta a guscio 7) Latte 10) Sedano

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](http://hellofresh.it)



## Preparare le verdure

- Sbucciate e tagliate la **cipolla** a fette.
- Sbucciate e tagliate la **patata** a cubetti di 1-2 cm.
- Scaldate 1-2 cucchiaini d'**olio** in una pentola capiente a fuoco medio. Aggiungete cipolle e patate, un pizzico di **sale** e soffriggete per 3-4 minuti, mescolando spesso.



## Frullare la vellutata

- Spostate le **verdure** dal fuoco, aggiungete il **burro** e frullate fino a ottenere una consistenza cremosa e omogenea.
- Assaggiate e regolate di **sale**, se necessario.



## Cuocere le verdure

- Unite il **cavolfiore** nella pentola e rosolate per 1-2 minuti.
- Incorporate 350-400 ml d'**acqua** (circa 1 bicchiere e mezzo) per 2 persone, coprite con il coperchio, portate a bollore e cuocete per 15-17 minuti da quando bolle a fuoco medio-basso, finché le verdure saranno tenere.
- Tritate finemente le **nocciole**.
- Eliminate la crosta e riducete il **gorgonzola** a tocchetti.



## Disporre nei piatti

- Disponete la **vellutata** nei piatti.
- Guarnite con la **polenta**, il **gorgonzola**, un pizzico di **timo** e le **nocciole**.
- Terminate con un filo d'**olio** e una manciata di **pepe**.



## Cuocere la polenta

- Tagliate la **polenta** a cubotti di 2-3 cm circa.
- Scaldate una padella antiaderente con 3-4 cucchiaini d'**olio**.
- Quando sarà ben calda, aggiungete la polenta, un pizzico di **sale**, **pepe** e cuocete per 14-15 minuti a fuoco medio-alto, mescolando spesso per evitare che si attacchi, finché sarà dorata.

Buon Appetito!