



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	646 g	100 g
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



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!