



'Dal ricettario di nonna' - polpettone di pollo con gratin di finocchi e porri alla besciamella

50 minuti • Mangiami per primo

5



Macinato di pollo



Formaggio a pasta
dura grattugiato



Panko (pangrattato
giapponese)



Timo essiccato



Finocchio



Besciamella



Nocciole



Porro



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
Macinato di pollo**	300 g	600 g
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Timo essiccato	1 pacchetto	1 pacchetto
Finocchio**	1 pezzo	2 pezzi
Besciamella** 7) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Nocciole 2)	1 pacchetto	2 pacchetti
Porro**	1 pezzo	2 pezzi

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	443 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2542 kJ/ 608 kcal	574 kJ/ 137 kcal
Grassi (g)	35 g	8 g
Grassi saturi (g)	15 g	4 g
Carboidrati (g)	30 g	7 g
Zuccheri (g)	11 g	3 g
Fibre (g)	7 g	2 g
Proteine (g)	43 g	10 g
Sale (g)	2 g	0 g

Allergeni

2) Frutta a guscio **7)** Latte **8)** Uova **13)** Cereali contenenti glutine

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



Preparare le verdure

- Preriscaldate il forno a 220 °C.
- Eliminate la base dura e le punte del **finocchio** e tagliatelo a fette da circa 1 cm.
- Eliminate la guaina più esterna del **porro** e riducetelo a rondelle di 2-3 cm.
- Raccogliete le verdure in una pirofila da forno, condite con un filo d'**olio**, un pizzico di **sale** e **pepe**, mescolate bene e cuocete in forno caldo per 20 minuti.

3



Unire la besciamella

- Tritate grossolanamente le **nocciole**.
- Trascorsi 20 minuti, sfornate le **verdure** e irroratele con la **besciamella**.
- Condite con un pizzico di **pepe**, spolverizzate con le **nocciole** e infornate nuovamente per 7-8 minuti, o finché si sarà formata una crosticina dorata sulla superficie.

2



Preparare il polpettone

TIP: il polpettone sarà cotto quando risulterà chiaro e opaco al centro.

- Nel frattempo, mettete in una ciotola il **macinato di pollo**, il **panko**, un pizzico di **timo**, il **formaggio grattugiato**, **sale**, **pepe** e lavorate il composto con le mani per amalgamare gli ingredienti.
- Modellate il composto dando la forma ovale e allungata di un **polpettone** (realizzate 2 polpettoni per 4 persone).
- Trasferitelo su una teglia foderata con carta da forno, irroratelo con un filo d'**olio** e cuocetelo in forno per 30 minuti.

4



Disporre nei piatti

- Tagliate il **polpettone** a fette di circa 1 cm, disponetelo nei piatti e accompagnate con le **verdure**.

Buon Appetito!