



# Tortiglioni alla zucca e pancetta croccante con Pecorino Romano Dop e salvia

35 minuti

5



Salvia



Tortiglioni



Zucca



Cipolla



Pecorino romano Dop



Pancetta



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

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio d'oliva

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

|                                  | 2P          | 4P          |
|----------------------------------|-------------|-------------|
| Salvia**                         | 1 pezzo     | 2 pezzi     |
| Tortiglioni <b>13</b> )          | 1 pacchetto | 1 pacchetto |
| Zucca**                          | 1 pezzo     | 1 pezzo     |
| Cipolla                          | 1 pezzo     | 2 pezzi     |
| Pecorino romano Dop** <b>7</b> ) | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Pancetta**                       | 1 pacchetto | 2 pacchetti |

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

|                                  | Per porzione         | Per 100g            |
|----------------------------------|----------------------|---------------------|
| per gli ingredienti non cucinati | <b>348 g</b>         | <b>100 g</b>        |
| Energia (kJ/kcal)                | 3368 kJ/<br>805 kcal | 969 kJ/<br>232 kcal |
| Grassi (g)                       | 30 g                 | 9 g                 |
| Grassi saturi (g)                | 13 g                 | 4 g                 |
| Carboidrati (g)                  | 96 g                 | 28 g                |
| Zuccheri (g)                     | 7 g                  | 2 g                 |
| Fibre (g)                        | 11 g                 | 3 g                 |
| Proteine (g)                     | 35 g                 | 10 g                |
| Sale (g)                         | 3 g                  | 1 g                 |

## Allergeni

**7) Latte **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](http://hellofresh.it)

1



## Stufare la zucca

- Portate a bollire una pentola d'acqua salata.
- Sbucciate e tritate finemente la cipolla.
- Scaldate una padella antiaderente con 1-2 cucchiaini d'**olio** a fuoco medio. Unite la cipolla, la **salvia** e un pizzico di **sale** e rosolate per 2-3 minuti.
- Aggiungete anche la zucca e fatela dorare per 3-4 minuti.
- Bagnate con 100 ml d'**acqua** (circa mezzo bicchiere) per 2 persone e cuocete con il coperchio per circa 12-14 minuti, o finché la zucca sarà tenera.

3



## Lessare la pasta

- Lessate la **pasta** al dente seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione.
- Eliminate parte del grasso rilasciato dalla pancetta dalla padella e riportatela su fuoco medio-alto.
- Tenete da parte un bicchiere di **acqua di cottura**, scolate la **pasta** e trasferitela nella padella. Unite la **crema di zucca** e qualche cucchiaino di **acqua di cottura** e cuocete per 1-2 minuti, mescolando spesso.
- Spegnete il fuoco, incorporate il **pecorino** e mescolate bene.

2



## Rosolare la pancetta

- Eliminate la salvia e trasferite la **zucca** in un bicchiere del mixer con un filo d'**olio**, **sale** e **pepe** e frullate fino a ottenere una crema liscia e omogenea.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini d'acqua per regolare la consistenza, se necessario.
- Pulite la padella con carta da cucina, riportatela su fuoco medio-alto e soffriggete la pancetta per 4-5 minuti, finché sarà croccante, quindi spostatela su un piatto con carta da cucina per farla asciugare.

4



## Disporre nei piatti

- Disponete la pasta nei piatti.
- Guarnitela con la **pancetta**, spezzettandola grossolanamente con le mani, e con una macinata di **pepe** a piacere.

**Buon Appetito!**