



# Funghi Portobello gratinati al formaggio con finocchi al forno e purè di patate

45 minuti

10



Funghi Portobello



Panko (pangrattato giapponese)



Formaggio a pasta dura grattugiato



Patate



Prezzemolo



Finocchio



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

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe, Aceto

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Funghi Portobello	250 g	500 g
Panko (pangrattato giapponese) <b>13</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Formaggio a pasta dura grattugiato** <b>7) 8)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	3 pezzi	6 pezzi
Prezzemolo**	5 g	5 g
Finocchio**	2 pezzi	4 pezzi

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>673 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	1975 kJ/ 472 kcal	294 kJ/ 70 kcal
Grassi (g)	8 g	1 g
Grassi saturi (g)	4 g	1 g
Carboidrati (g)	86 g	13 g
Zuccheri (g)	12 g	2 g
Fibre (g)	13 g	2 g
Proteine (g)	20 g	3 g
Sale (g)	1 g	0 g

## Allergeni

**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 [helloworldfresh.it](https://helloworldfresh.it)

1



## Cuocere in forno

- Preriscaldare il forno a 220 °C.
- Tritate finemente il **prezzemolo**. Raccoglietene un pizzico in una ciotola con il **panko**, metà del **formaggio grattugiato** e 2 cucchiari d'**olio** (per 2 persone).
- Disponete i **funghi** su una teglia con carta da forno e farciteli con la panatura.
- Eliminate la base dura e le punte dei **finocchi**. Tagliateli a fettine di circa 1 cm e disponeteli sulla teglia accanto ai funghi.
- Irrorate le verdure con un filo d'**olio** e salate.
- Cuocete in forno caldo per 30-35 minuti.

3



## Preparare il purè

- Scolate le **patate** e schiacciatele con uno schiacciapatate o con una forchetta.
- Incorporate il **formaggio grattugiato** rimasto, salate e pepate a piacere.

2



## Lessare le patate

- Nel frattempo, portate a bollore una pentola d'acqua salata.
- Sbucciate e tagliate le patate a tocchetti di circa 2-3 cm.
- Lessatele per circa 13-15 minuti, o finché saranno tenere.

4



## Disporre nei piatti

- Disponete il **purè** nei piatti.
- Completate con le **verdure** al forno, un pizzico di **prezzemolo** e una macinata di **pepe**.

Buon Appetito!