



Finocchi gratin al formaggio greco e olive con pomodorini e panpizzato alle spezie dukkah

40 minuti

10



Finocchio



Formaggio greco



Dukkah



Olive



Cipolla



Formaggio a pasta dura grattugiato



Panpizzato



Pomodorini Datterini



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
Finocchio**	2 pezzi	4 pezzi
Formaggio greco** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Dukkah 3) 9)	1 pacchetto	2 pacchetti
Olive	1 pacchetto	2 pacchetti
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Panpizzato 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodorini Datterini**	250 g	500 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	587 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2855 kJ/ 682 kcal	486 kJ/ 116 kcal
Grassi (g)	21 g	4 g
Grassi saturi(g)	12 g	2 g
Carboidrati (g)	94 g	16 g
Zuccheri (g)	25 g	4 g
Fibre (g)	12 g	2 g
Proteine (g)	31 g	5 g
Sale (g)	4 g	1 g

Allergeni

3) Semi di sesamo 7) Latte 8) Uova 9) Senape 11) Soia 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

- Preiscaldate il forno a 220 °C in modalità statica.
- Eliminate la base dura e le punte dei **finocchi** e tagliateli a fettine di circa 1-2 cm.
- Sbucciate la **cipolla** e tagliatela a fettine sottili.
- Tagliate le **olive** a metà.

3



Tostare il pane

- Raccogliete in una ciotolina 1 cucchiaino d'**olio** a persona con 1-2 cucchiaini di **dukkah**.
- Condite il **panpizzato** su entrambi i lati con l'**olio** speziato e un pizzico di **sale**, disponetelo su una teglia con carta da forno e cuocete per 3-4 minuti.

2



Gratinare le verdure

- Raccogliete tutte le **verdure** in una pirofila e conditele uniformemente con 1-2 cucchiaini d'**olio**, **sale** e **pepe**. Cuocetele in forno caldo per 25 minuti.
- Estraiete la teglia, unite il **formaggio greco**, sbriciolandolo grossolanamente con le mani, spolverizzate con il **formaggio grattugiato** e rimettete la teglia in forno per altri 10 minuti, finché verdure e formaggio saranno dorati.

4



Disporre nei piatti

- Disponete nei piatti le **verdure**.
- Accompagnate con il **panpizzato** speziato.

Buon Appetito!