



# Mexican roll di carne e formaggio con insalata, mais e succo di lime

40 minuti

5



Macinato misto di maiale e manzo



Mix di spezie stile Messico



Mini Tortilla Di Farina Bianca



Mais



Insalata Mista



Formaggio a pasta dura grattugiato



Pomodoro



Cipolla



Concentrato Di Pomodoro



Lime



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

**Ricetta personalizzata:** Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

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 misto di maiale e manzo**                | 280 g       | 500 g       |
| Mix di spezie stile Messico                       | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Mini Tortilla Di Farina Bianca <b>13)</b>         | 1 pacchetto | 1 pacchetto |
| Mais  | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Insalata Mista**                                  | 50 g        | 100 g       |
| Formaggio a pasta dura grattugiato** <b>7) 8)</b> | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Pomodoro**  | 1 pezzo     | 2 pezzi     |
| Cipolla   | 1 pezzo     | 2 pezzi     |
| Concentrato Di Pomodoro                           | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Lime  | 1 pezzo     | 2 pezzi     |

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

|                                  | Per porzione     | Per 100g        | Per porzione      | Per 100g        |
|----------------------------------|------------------|-----------------|-------------------|-----------------|
| per gli ingredienti non cucinati | 551 g            | 100 g           | 691 g             | 100 g           |
| Energia (kJ/kcal)                | 3427 kJ/819 kcal | 622 kJ/149 kcal | 4727 kJ/1130 kcal | 684 kJ/163 kcal |
| Grassi (g)                       | 38 g             | 7 g             | 60 g              | 9 g             |
| Grassi saturi (g)                | 18 g             | 3 g             | 27 g              | 4 g             |
| Carboidrati (g)                  | 69 g             | 13 g            | 70 g              | 10 g            |
| Zuccheri (g)                     | 17 g             | 3 g             | 17 g              | 3 g             |
| Fibre (g)                        | 9 g              | 2 g             | 9 g               | 1 g             |
| Proteine (g)                     | 46 g             | 8 g             | 72 g              | 10 g            |
| Sale (g)                         | 4 g              | 1 g             | 5 g               | 1 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 [hellofresh.it](http://hellofresh.it)



## Preparare gli ingredienti

- Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200 °C se ventilato).
- Sbucciate e affettate sottilmente la **cipolla**.
- Tagliate il **pomodoro** a cubetti.
- Scolate il **mais** dal liquido di conservazione e sciacquatelo sotto acqua corrente.



## Cuocere i roll

- Spolverizzate i **roll** con il **formaggio grattugiato** e cuoceteli in forno per circa 5 minuti, o finché il formaggio sarà dorato.



## Cuocere il ripieno

**TIP: la carne sarà cotta quando risulterà opaca e scura.**

- Scaldate a fuoco medio 1-2 cucchiai d'**olio** in una padella antiaderente e rosolate la **cipolla** per 2-3 minuti.
- Unite il **macinato di carne**, sgranatelo con un cucchiaio di legno, condite con **sale, pepe** e rosolate per 2-3 minuti.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini di **mix di spezie**, il **concentrato di pomodoro**, il **mais**, metà del **pomodoro** tagliato, 2-3 cucchiai d'**acqua** a persona e cuocete per 10-12 minuti a fuoco basso.



## Condire l'insalata

- Nel frattempo, raccogliete l'**insalata mista** e il resto del **pomodoro** in una ciotola e condite con **sale**, un po' di succo di **lime** a piacere e un filo d'**olio**.



## Formare i roll

- Disponete le **tortillas** su una superficie piana e farcitele con 2-3 cucchiai di **ripieno**.
- Arrotolatele e disponetele con la parte chiusa rivolta verso il basso in una pirofila foderata di carta da forno.



## Disporre nei piatti

**TIP: avvolgete una delle estremità dei roll con un foglio di carta di alluminio per mangiarli senza fare fuoriuscire il ripieno.**

- Disponete i **roll** nei piatti.
- Accompagnate con l'**insalata** e con uno spicchio di **lime**.

Buon Appetito!