

Crema di zucca, ricotta e pancetta tostata con crumble ai pistacchi e noce moscata

25 minuti

19



Pancetta



Patate



Zucca



Noce moscata



Brodo granulato
di pollo



Cipolla



Pistacchi



Panko (pangrattato
giapponese)



Ricotta



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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Pancetta**	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	1 pezzo	2 pezzi
Zucca**	400 g	800 g
Noce moscata	1 pacchetto	1 pacchetto
Brodo granulare di pollo	1 pacchetto	2 pacchetti
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Pistacchi 2)	1 pacchetto	2 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Ricotta** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	500 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2363 kJ/ 565 kcal	473 kJ/ 113 kcal
Grassi (g)	33 g	7 g
Grassi saturi(g)	13 g	3 g
Carboidrati (g)	40 g	8 g
Zuccheri (g)	11 g	2 g
Fibre (g)	15 g	3 g
Proteine (g)	23 g	5 g
Sale (g)	3 g	1 g

Allergeni

2) Frutta a guscio **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



Preparare gli ingredienti

- Sbucciate e tagliate la **patata** a tocchetti di circa 2-3 cm.
- Sbucciate la **cipolla** e tritatela finemente.



Cuocere le verdure

TIP: per verificare la cottura delle patate, foratele con i rebbi di una forchetta.

- Scaldare un filo d'**olio** in una pentola a fuoco medio. Unite la **cipolla** e soffriggete per 2-3 minuti.
- Aggiungete la **zucca**, le **patate**, il **brodo**, 350-400 ml di **acqua** (per 2 persone), un pizzico di **sale** e **pepe**.
- Coprite con un coperchio e cuocete per circa 15-20 minuti, o finché le verdure saranno tenere.



Rosolare la pancetta

- Scaldare una padella antiaderente a fuoco medio e rosolate la **pancetta** per 3 minuti su ogni lato, finché risulterà croccante.
- Trasferitela in un piatto foderato con carta da cucina e lasciate asciugare, quindi spezzatela grossolanamente con le mani.



Preparare il crumble

- Tritate grossolanamente i **pistacchi**.
- Eliminate parte del grasso rilasciato dalla **pancetta** durante la cottura e riportate la padella su fuoco medio.
- Unite il **panko** e i **pistacchi** e tostate per 2-3 minuti, finché saranno dorati e croccanti.



Frullare le verdure

- Trasferite la **ricotta** e un pizzico di **noce moscata** nella pentola con le **verdure** lessate e frullate fino a ottenere una crema liscia e omogenea.
- Assaggiare e aggiustate con un pizzico di **sale** e **pepe**, se necessario.



Disporre nei piatti

- Distribuite la **crema** in piatti fondi o ciotole.
- Guarnite con la **pancetta** spezzettata e con il crumble di **panko** e **pistacchi**.
- Irrorate con un filo d'**olio** e condite con una macinata di **pepe**.

Buon Appetito!