



Vellutata di cavolfiore e gorgonzola con patate, crostini e nocciole

30 minuti

10



Patate



Cavolfiore



Brodo Granulare
Vegetale



Cipolla



Nocciole



Gorgonzola Dop



Timo essiccato



Chips di pane



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

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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Patate	1 pezzo	2 pezzi
Cavolfiore**	500 g	500 g
Brodo Granulare Vegetale 10	1 pacchetto	2 pacchetti
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Nocciole 2	1 pacchetto	2 pacchetti
Gorgonzola Dop** 7	1 pacchetto	2 pacchetti
Timo essiccato	1 pacchetto	1 pacchetto
Chips di pane 13	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	480 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2479 kJ/ 593 kcal	517 kJ/ 123 kcal
Grassi (g)	30 g	6 g
Grassi saturi(g)	12 g	3 g
Carboidrati (g)	54 g	11 g
Zuccheri (g)	10 g	2 g
Fibre (g)	11 g	2 g
Proteine (g)	26 g	5 g
Sale (g)	3 g	1 g

Allergeni

2) Frutta a guscio **7)** Latte **10)** Sedano **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

- Sbucciate e tagliate la **cipolla** a fette.
- Sbucciate e tagliate la **patata** a cubetti di 1-2 cm.
- Scaldate 1-2 cucchiai d'**olio** in una pentola capiente a fuoco medio. Aggiungete cipolle e patate, un pizzico di **sale** e soffriggete per 3-4 minuti, mescolando spesso.

3



Frullare la vellutata

- Spostate le **verdure** dal fuoco, aggiungete 1 cucchiaio di **burro** e frullate fino a ottenere una consistenza cremosa e omogenea.
- Assaggiate e regolate di **sale**, se necessario.

2



Cuocere le verdure

- Tagliate 250 g di **cavolfiore** a cimette (per 2 persone), unitele nella pentola e rosolate per 1-2 minuti.
- Incorporate 350-400 ml di **acqua** (circa 1 bicchiere e mezzo) per 2 persone, coprite con il coperchio, portate a bollore e cuocete per 15-17 minuti da quando bolle a fuoco medio-basso, finché le verdure saranno tenere.
- Tritate finemente le **nocciole**.
- Eliminate la crosta e riducete il **gorgonzola** a tocchetti.

4



Disporre nei piatti

TIP: la porzione di chips di pane è abbondante, se vi avanzano potete sbriciolarle e farne del pangrattato casereccio.

- Disponete la **vellutata** nei piatti.
- Guarnite con qualche **chips di pane**, il **gorgonzola**, un pizzico di **timo** e le **nocciole**.
- Terminate con un filo d'**olio** e una manciata di **pepe**.

Buon Appetito!