



# Pollo arrosto alla paprika e cipolla con yogurt greco, pomodori e patate

40 minuti • Mangiami per primo

14



Cipolla



Yogurt Greco



Patate



Pomodoro



Paprika Dolce



Erba Cipollina



Cosce di pollo disossate  
senza pelle



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

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio d'oliva

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Yogurt Greco** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	3 pezzi	6 pezzi
Pomodoro**	2 pezzi	4 pezzi
Paprika Dolce	1 pacchetto	2 pacchetti
Erba Cipollina**	5 g	5 g
Cosce di pollo disossate senza pelle**	300 g	600 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	730 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2395 kJ/ 572 kcal	328 kJ/ 78 kcal
Grassi (g)	19 g	3 g
Grassi saturi (g)	8 g	1 g
Carboidrati (g)	55 g	8 g
Zuccheri (g)	6 g	1 g
Fibre (g)	5 g	1 g
Proteine (g)	40 g	6 g
Sale (g)	1 g	0 g

## Allergeni

7) Latte

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

- Preriscaldare il forno a 220 °C.
- Tagliate i **pomodori** a metà.
- Affettate la **cipolla** ad anelli sottili.
- Tritate finemente l'**erba cipollina**.
- Tagliate le **patate** a spicchi (potete tenere la buccia). Ponetele in una ciotola con 1 cucchiaio d'**olio** e conditele in modo uniforme.
- Distribuitele su una teglia foderata di carta da forno, cercando di non sovrapporle.



## Preparare la salsa

- Unite nel frattempo in una ciotolina lo **yogurt**, l'**erba cipollina** dosata a piacere e un pizzico di **sale** e **pepe** e mescolate con cura.



## Cuocere il pollo e le verdure

**TIP: il pollo sarà cotto quando la carne all'interno risulterà bianca e asciutta.**

- Trasferite il **pollo** in una ciotola, unite 2-3 cucchiaini d'**olio**, 1-2 cucchiaini di **paprika**, la **cipolla** e mescolate con cura.
- Disponete il **pollo** e le **cipolle** sulla teglia con le **patate**, unite anche il **pomodoro**, irrorandolo con un filo d'**olio**, e cuocete in forno caldo per circa 30-35 minuti, voltando il pollo e mescolando le patate a metà cottura.
- Alla fine condite con **sale** e **pepe** a piacere.



## Disporre nei piatti

- Suddividete il **pollo**, le **cipolle**, le **patate** e i **pomodori** nei piatti.
- Accompagnate con la **salsa yogurt**.

Buon Appetito!