



# Burger gustoso al pulled pork e cheddar con cipolle dolci, patate e insalata

25 minuti

5



Pane Per Hamburger



Pulled Pork



Insalata Mista



Salsa barbecue



Cheddar



Patate



Cipolla



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, Aceto, Zucchero

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Pane Per Hamburger <b>7) 8) 13)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Pulled Pork**	1 pacchetto	2 pacchetti
Insalata Mista**	50 g	100 g
Salsa barbecue	4 pacchetti	8 pacchetti
Cheddar** <b>7)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	8 pezzi	16 pezzi
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>519 g</b>	<b>100 g</b>	<b>619 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	3012 kJ/ 720 kcal	581 kJ/ 139 kcal	3593 kJ/ 859 kcal	581 kJ/ 139 kcal
Grassi (g)	24 g	5 g	30 g	5 g
Grassi saturi(g)	12 g	2 g	13 g	2 g
Carboidrati (g)	87 g	17 g	88 g	14 g
Zuccheri (g)	17 g	3 g	18 g	3 g
Fibre (g)	6 g	1 g	6 g	1 g
Proteine (g)	40 g	8 g	59 g	10 g
Sale (g)	3 g	1 g	4 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)



## Cuocere le patate

- Tagliate le **patate** a metà (potete tenere la buccia).
- Portate su fuoco medio-alto una padella antiaderente, unite un filo d'**olio**, le patate e 150 ml d'**acqua** (circa mezzo bicchiere) per 2 persone. Coprite con un coperchio e cuocete per circa 13-14 minuti.
- Togliete il coperchio e proseguite la cottura per 4 minuti, o finché saranno dorate.
- Alla fine salate a piacere.



## Assemblare i burger

- Tagliate il **pane** a metà.
- Riportate la padella su fuoco medio e tostate il pane dalla parte del lato tagliato per 1 minuto. Togliete dalla padella il lato superiore del **pane** e lasciatevi solo il lato inferiore, con la parte tagliata rivolta verso l'alto. Adagiatevi sopra il **pulled pork** e il **cheddar**.
- Unite 1 cucchiaino d'**acqua** sul fondo della padella (creerà vapore e farà sciogliere il formaggio più in fretta), coprite con il coperchio e scaldate a fuoco basso per 2-3 minuti, in modo da far sciogliere il cheddar.



## Preparare le cipolle

- Sbucciate la **cipolla** e affettatela sottilmente.
- Rosolatela in padella con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale** per 3-4 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- Aggiungete, per ogni persona, 1 cucchiaino di **zucchero**, 2 cucchiaini d'**acqua** e 1 di **aceto** e proseguite la cottura a fuoco basso per 8-9 minuti, finché saranno tenere e traslucide, poi spostatele in un piatto.



## Disporre nei piatti

- Trasferite il **pane** con **pulled pork** e **cheddar** nei piatti e completate il panino aggiungendo le **cipolle** e un po' di **insalata**.
- Accompagnate con le **patate** e con il resto dell'**insalata**.



## Cuocere la carne

- Riportate o su fuoco medio-basso la padella con un filo d'**olio**.
- Aggiungete il **pulled pork**, 1-2 cucchiaini d'**acqua** e scaldate con il coperchio per 3-4 minuti, poi incorporate la **salsa barbecue** e spostate il pulled pork in un piatto.
- Condite l'**insalata** con un filo d'olio e sale.

Buon Appetito!