



# Pancakes al frutto della passione e nocciole

con miele e yogurt greco | 6-8 pezzi | Impasto pronto

15 minuti

2006



Preparato per  
pancake



Yogurt Greco



Miele 100% italiano



Frutto della Passione



Nocciole



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

Dalla dispensa: Burro

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Preparato per pancake** 7) 8) 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Yogurt Greco** 7)	1 pacchetto	1 pacchetto
Miele 100% italiano	2 pacchetti	2 pacchetti
Frutto della Passione**	2 pezzi	2 pezzi
Nocciole 2)	1 pacchetto	1 pacchetto

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	330 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3121 kJ/ 746 kcal	946 kJ/ 226 kcal
Grassi (g)	28 g	8 g
Grassi saturi (g)	9 g	3 g
Carboidrati (g)	79 g	24 g
Zuccheri (g)	27 g	8 g
Fibre (g)	6 g	2 g
Proteine (g)	20 g	6 g
Sale (g)	4 g	1 g

## Allergeni

2) Frutta a guscio 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](https://www.hellofresh.it)



## Preparare i pancake

- Scaldate un filo d'**olio** o fate fondere un pezzetto di **burro** in una padella antiaderente a fuoco medio-basso.
- Cuocete i **pancake** seguendo le istruzioni riportate sulla confezione.



## Disporre nei piatti

- Disponete i **pancake** nei piatti, insaporiteli con il **miele** e accompagnate con la **frutta** e lo **yogurt**.

Buon Appetito!