



# Pinsa fragrante alla mozzarella e zucchine con condimento al basilico e noci tostate

25 minuti

10



Pinza



Zucchina



Aglio



Basilico



Noci



Mozzarella senza lattosio



Insalata songino



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

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

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Pinsa <b>11</b> <b>13</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Zucchina**	1 pezzo	2 pezzi
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Basilico**	5 g	10 g
Noci <b>2</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Mozzarella senza lattosio** <b>7</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Insalata songino**	1 pezzo	1 pezzo

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>329 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	2022 kJ/ 483 kcal	615 kJ/ 147 kcal
Grassi (g)	19 g	6 g
Grassi saturi (g)	8 g	2 g
Carboidrati (g)	53 g	16 g
Zuccheri (g)	5 g	2 g
Fibre (g)	3 g	1 g
Proteine (g)	24 g	7 g
Sale (g)	2 g	1 g

## Allergeni

**2)** Frutta a guscio **7)** Latte **11)** Soia **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)



## Preparare gli ingredienti

- Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200 °C se ventilato).
- Sbucciate l'**aglio**.
- Portate una padella antiaderente su fuoco medio con 2 cucchiai di **olio** e rosolate l'**aglio** per 1-2 minuti, o finché si sarà leggermente colorito.
- Intanto, tagliate la **zucchina** a rondelle di circa 0,5 cm.



## Infornare la pinsa

- Adagiate la **pinsa** su una teglia con carta da forno, conditela con un filo d'**olio**, un pizzico di **sale** e disponete sopra le **zucchine**.
- Cuocete per 8-9 minuti, quindi sfornate, aggiungete la **mozzarella** e infornate nuovamente per altri 2-3 minuti, o finché la mozzarella sarà filante.
- Nel frattempo, raccogliete l'**insalata** in una ciotola (ricordate di lavarla bene) e condite con **sale**, **aceto** e **olio** a piacere.



## Cuocere le zucchine

- Aggiungete in padella le **zucchine** e 3 cucchiai d'**acqua**. Coprite con un coperchio e cuocete per 2-3 minuti, mescolando ogni tanto.
- Togliete il coperchio e proseguite la cottura per altri 2-3 minuti, o finché le zucchine saranno dorate. Alla fine salate a piacere.
- Nel frattempo, tagliate la **mozzarella** a fette.
- Tritate il **basilico** e raccoglietelo in una ciotolina con 4 cucchiai d'**olio** e 1 cucchiaino di **aceto**.



## Disporre nei piatti

- Sfnate la **pinsa**, irroratela con il condimento al **basilico** e guarnite con le **noci**.
- Accompagnate con l'**insalata**.

Buon Appetito!