



# Polpettone di carne alla salsa barbecue con patate e carote al timo limonato

45 minuti

3



Macinato misto di  
maiale e manzo



Salsa barbecue



Timo Limonato



Patate



Maionese



Panko (pangrattato  
giapponese)



Carota



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

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	500 g
Salsa barbecue	4 pacchetti	8 pacchetti
Timo Limonato**	5 g	5 g
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Maionese <b>8)</b>	4 pacchetti	8 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) <b>13)</b>	1 pacchetto	1 pacchetto
Carota**	2 pezzi	4 pezzi

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	509 g	100 g	649 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3067 kJ/ 733 kcal	603 kJ/ 144 kcal	4367 kJ/ 1044 kcal	673 kJ/ 161 kcal
Grassi (g)	40 g	8 g	63 g	10 g
Grassi saturi(g)	11 g	2 g	21 g	3 g
Carboidrati (g)	59 g	12 g	60 g	9 g
Zuccheri (g)	8 g	2 g	8 g	1 g
Fibre (g)	9 g	2 g	9 g	1 g
Proteine (g)	34 g	7 g	61 g	9 g
Sale (g)	2 g	0 g	3 g	1 g

## Allergeni

**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)



## Arrostire le verdure

- Preriscaldate il forno a 200 °C in modalità statica.
- Tagliate le **patate** a spicchi di 1 cm (potete tenere la buccia). Pelate le **carote** e tagliatele a bastoncini di circa 1 cm. Raccogliete carote e patate in una ciotola e conditele uniformemente con 1-2 cucchiai d'olio e qualche foglia di **timo**.
- Trasferitele su una teglia foderata con carta da forno, cercando di non sovrapporle, e cuocetele in forno caldo per circa 30-35 minuti, mescolandole a metà cottura. Alla fine salate a piacere.



## Condire la maionese

- Mettete in una ciotolina la **maionese** con l'altra metà della **salsa barbecue**, un pizzico di **pepe** e mescolate bene.



## Preparare il polpettone

- Raccogliete in una ciotola il **macinato di carne**, il **panko**, qualche fogliolina di **timo** e, per 2 persone, 2 cucchiai d'**acqua** e 2 cucchiaini d'**olio**.
- Condite con **sale** e **pepe**. Amalgamate bene gli ingredienti e modellate il composto dando la forma di un **polpettone** (formatene 2 per 4 persone).
- Trasferitelo su una teglia foderata con carta da forno e spalmatevi sopra metà della **salsa barbecue**.



## Disporre nei piatti

- Disponete il **polpettone** nei piatti con le **patate** e le **carote**.
- Accompagnate con la **salsa**.



## Cuocere il polpettone

**TIP: il polpettone sarà cotto quando sarà opaco e chiaro al centro.**

- Infornate il **polpettone** e cuocetelo per circa 25-30 minuti.
- Sfornate e lasciatelo riposare per 2-3 minuti prima di tagliarlo: in questo modo i succhi si distribuiranno in maniera omogenea e sarà più facile affettarlo.

Buon Appetito!