



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 8)	4 pacchetti	8 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) 13)	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



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!