



# Bagel al bacon tostato e uova strapazzate con cipolla marinata e dressing alla worcester

25 minuti

4



Bagel



Misto d'uovo



Pancetta



Cipolla



Maionese



Salsa Worcestershire



Senape



Macinato misto di  
maiale e manzo



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: , ZuccheroOlio 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
Bagel <b>3)</b> <b>13)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Misto d'uovo** <b>8)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Pancetta**	1 pacchetto	2 pacchetti
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Maionese <b>8)</b>	3 pacchetti	6 pacchetti
Salsa Worcestershire <b>11)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Senape <b>9)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	500 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>424 g</b>	<b>100 g</b>	<b>489 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	4090 kJ/ 978 kcal	965 kJ/ 231 kcal	4424 kJ/ 1057 kcal	905 kJ/ 216 kcal
Grassi (g)	50 g	12 g	52 g	11 g
Grassi saturi (g)	15 g	3 g	16 g	3 g
Carboidrati (g)	86 g	20 g	87 g	18 g
Zuccheri (g)	14 g	3 g	14 g	3 g
Fibre (g)	7 g	2 g	7 g	2 g
Proteine (g)	43 g	10 g	59 g	12 g
Sale (g)	4 g	1 g	3 g	1 g

## Allergeni

**3)** Semi di sesamo **8)** Uova **9)** Senape **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)



## Marinare le cipolle

- Sbucciate la **cipolla** e affettatela a rondelle sottili.
- Mescolate in una ciotola, per persona, 2-3 cucchiaini d'**acqua**, un cucchiaino di **aceto**, un pizzico di **sale** e **zucchero**. Unite le cipolle e lasciate marinare per almeno 10-15 minuti.
- In alternativa, se non le gradite crude, potete cuocerle in padella a fuoco medio con un filo d'olio e con le stesse quantità di zucchero, sale, aceto e acqua per circa 10 minuti, finché saranno tenere e traslucide.



## Scaldare i bagel

**TIP: la senape ha un sapore pungente, dosatela secondo i vostri gusti.**

- Portate nuovamente la padella su fuoco medio con un filo d'**olio**.
- Scaldate i **bagel** 1-2 minuti per lato.
- Mescolate la **maionese**, la **salsa worchester** e un po' di **senape** a piacere.



## Preparare il bacon

- Rosolate il **bacon** in una padella antiaderente senza condimenti per 5-6 minuti, finché sarà dorato e croccante.
- Trasferitelo su un piatto foderato con carta da cucina per eliminare il grasso in eccesso.

**Ricetta personalizzata:** raccogliete il macinato di carne in una ciotola, condite con sale e pepe e formate 2 hamburger a testa. Cuoceteli a fuoco medio-alto con il coperchio per circa 6 minuti, finché saranno opachi e chiari al centro.



## Disponere nei piatti

- Spalmate la **salsa** sulla base del **bagel**.
- Disponete sopra le **uova** strapazzate e il **bacon**.
- Guarnite con la **cipolla** marinata.



## Cuocere le uova

- Eliminate il grasso rilasciato dal bacon dalla padella e riportatela su fuoco medio-alto.
- Unite il **misto d'uovo**, un pizzico di **sale**, **pepe** e cuocete per circa 2 minuti, mescolando spesso, fino a ottenere un composto morbido, cremoso e non troppo sodo, poi spostatelo in un piatto.

Buon Appetito!