



Rollè di salmone e pancetta croccante con patate viola e yogurt all'aneto

40 minuti

16



Salmone



Pancetta



Rosmarino



Patate viola



Insalata Mista



Yogurt bianco intero



Aneto



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

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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Salmone** 4)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pancetta**	1 pacchetto	2 pacchetti
Rosmarino	1 pezzo	2 pezzi
Patate viola	1 pacchetto	2 pacchetti
Insalata Mista**	100 g	100 g
Yogurt bianco intero**	1 pacchetto	2 pacchetti
Aneto**	5 g	5 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	563 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3084 kJ/ 737 kcal	548 kJ/ 131 kcal
Grassi (g)	43 g	8 g
Grassi saturi (g)	14 g	2 g
Carboidrati (g)	44 g	8 g
Zuccheri (g)	6 g	1 g
Fibre (g)	6 g	1 g
Proteine (g)	43 g	8 g
Sale (g)	2 g	0 g

Allergeni

4) Pesce 7) Latte

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 patate

- Preriscaldate il forno a 220 °C in modalità statica.
- Tagliate le **patate** a spicchi di 1 cm (potete tenere la buccia).
- Mettetele in una ciotola con 1 cucchiaino d'**olio**, il **rosmarino** e conditele in modo uniforme.
- Distribuitele 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.



Rosolare il salmone

TIP: il salmone sarà cotto quando al centro si presenta rosa chiaro e asciutto.

- Pulite la padella con carta da cucina e riportatela su fuoco medio con 1 cucchiaino d'**olio**.
- Rosolate i **rollè** dal lato dove si chiudono i lembi della **pancetta** per sigillarli per 2 minuti a fuoco medio. Continuate la cottura per circa 6-8 minuti, girandoli delicatamente un paio di volte, finché saranno dorati e croccanti.



Formare i rollè

TIP: fate penetrare la lama di un coltello fra la polpa e la pelle del pesce, tenete la pelle tesa con le dita e tagliate per tutta la lunghezza, restando aderenti alla pelle per non sprecare polpa.

- Rimuovete la pelle dal **salmone** e tagliatelo in 4 **trancetti**. Fate attenzione a eventuali lisce ed eliminatele.
- Disponete sul piano di lavoro 2 fette di **pancetta** formando una croce. Mettete un trancetto al centro e avvolgetelo ripiegando i lembi. Formate allo stesso modo gli altri **rollè**.



Disporre nei piatti

- Disponete i **rollè** nei piatti con le **patate**.
- Accompagnate con l'**insalata** e lo **yogurt** all'aneto.



Prepara lo yogurt all'aneto

- Tritate finemente l'**aneto**.
- Raccoglietelo in una ciotola con lo yogurt e un pizzico di sale.
- Condite l'**insalata** (ricordate di lavarla bene) con **sale, aceto e olio** a piacere.

Buon Appetito!