

# Salmone alla paprika e carote arcobaleno con patate novelle e salsa remoulade

45 minuti

16



Carota



Patate



Capperi



Prezzemolo



Timo



Rosmarino



Aioli



Aglio



Salmone



Paprika Dolce



Olio di sesamo



Limone



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



## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Carota**	2 pezzi	4 pezzi
Patate	8 pezzi	16 pezzi
Capperi	1 pacchetto	2 pacchetti
Prezzemolo**	5 g	5 g
Timo**	5 g	5 g
Rosmarino	1 pezzo	2 pezzi
Aioli <b>8</b> <b>9</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Salmone** <b>4</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Paprika Dolce	1 pacchetto	2 pacchetti
Olio di sesamo <b>3</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Limone	1 pezzo	1 pezzo

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>496 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	2737 kJ/ 654 kcal	552 kJ/ 132 kcal
Grassi (g)	40 g	8 g
Grassi saturi (g)	6 g	1 g
Carboidrati (g)	43 g	9 g
Zuccheri (g)	3 g	1 g
Fibre (g)	8 g	2 g
Proteine (g)	31 g	6 g
Sale (g)	1 g	0 g

## Allergeni

**3)** Semi di sesamo **4)** Pesce **8)** Uova **9)** Senape

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).
- Tagliate le **patate** a metà (potete tenere la buccia).
- Pelate le **carote** e tagliatele a bastoncini.
- Sfogliate qualche rametto di **timo** e tritatelo finemente con qualche ago di **rosmarino**.



## Preparare il burro noisette

- Sciogliete circa 5 cucchiaini **burro** (per 2 persone) in un pentolino a fuoco bassissimo, quindi unite l'**aglio** e un rametto di **timo** e, facendo attenzione a non bruciarlo, proseguite la cottura per 3-4 minuti, o finché il burro avrà ottenuto una tonalità color nocciola.
- Alla fine eliminate il timo e l'aglio.



## Arrostire le verdure

**TIP: le carote potrebbero richiedere meno tempo delle patate per cuocere, controllatele periodicamente e, se necessario, toglietele dal forno per prime.**

- Raccogliete le **patate** e le **carote** in una ciotola e conditele uniformemente con 1 cucchiaino d'olio e un pizzico del **trito di erbe**.
- Distribuitele su una teglia foderata con carta da forno, cercando di non sovrapporle, e cuocetele in forno caldo per circa 25-30 minuti, o finché saranno dorate.
- Alla fine salate e pepate a piacere.



## Cuocere il salmone

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

- Verificate l'eventuale presenza di lisce nel **salmone** ed eliminatele.
- Unite in una ciotola 1-2 cucchiaini di **paprika** (o tutta, se vi piace), l'**olio di sesamo** e un pizzico di **sale** e **pepe**. Unite il **salmone** e conditelo uniformemente.
- Scaldate un filo d'**olio** in una padella antiaderente e cuocete il **salmone** dalla parte della pelle per 4 minuti. Voltatelo, coprite con un coperchio e proseguite la cottura per altri 4 minuti.



## Preparare la salsa remoulade

- Preparate un battuto tritando finemente i **capperi** con qualche foglia di **prezzemolo**, quindi uniteli alla **salsa aioli**.



## Disporre nei piatti

- Adagiate il **salmone** alla **paprika** nei piatti con le **carote** e le **patate**.
- Irrorate le verdure con il **burro noisette**.
- Accompagnate con la **salsa remoulade** e uno spicchio di **limone**.

Buon Appetito!