



Mazzancolle marinate e burrata fresca con chicche di patate su crema di zucca

45 minuti

17



Zucca



Scalognio



Brodo Granulare Vegetale



Burrata



Mazzancolle tropicali



Chicche di patate



Timo Limonato



Curcuma



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

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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Zucca**	1 pezzo	2 pezzi
Scalogno	1 pezzo	2 pezzi
Brodo Granulare Vegetale 10)	1 pacchetto	2 pacchetti
Burrata** 7)	1 pezzo	2 pezzi
Mazzancolle tropicali** 5)	1 pacchetto	2 pacchetti
Chicche di patate** 7) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Timo Limonato**	5 g	5 g
Curcuma	1 pacchetto	1 pacchetto

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	632 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2774 kJ/ 663 kcal	439 kJ/ 105 kcal
Grassi (g)	13 g	2 g
Grassi saturi(g)	7 g	1 g
Carboidrati (g)	109 g	17 g
Zuccheri (g)	10 g	2 g
Fibre (g)	19 g	3 g
Proteine (g)	29 g	5 g
Sale (g)	5 g	1 g

Allergeni

5) Crostacei **7)** Latte **10)** Sedano **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



Lessare la zucca

TIP: usate un bollitore o coprite la pentola con un coperchio per velocizzare la bollitura.

- Portate a bollore una pentola d'**acqua** e scioglietevi il **brodo granulare** con un pizzico di **sale**.
- Lessate la **zucca** per 14-16 minuti, o finché sarà tenera.
- Sbucciate lo **scalogno** e tagliatelo a rondelle sottili.
- Scaldate 1-2 cucchiaini d'**olio** e una noce di **burro** in una padella e rosolate lo **scalogno** con un pizzico di **sale** per 5-6 minuti a fuoco medio-basso, finché sarà tenero e traslucido.



Cuocere le mazzancolle

TIP: le mazzancolle saranno cotte quando risulteranno opache e asciutte al centro.

- Riportate la padella usata in step 1 su fuoco medio-alto.
- Rosolatevi le mazzancolle con la loro **marinata** per circa 3-4 minuti.



Marinare le mazzancolle

- Raccogliete in una ciotola, per 2 persone, 2-3 cucchiaini d'**olio** con 2-3 cucchiaini di **acqua** e un pizzico di **curcuma**, **sale**, **pepe** e mescolate bene.
- Unite le **mazzancolle** e lasciatele marinare al fresco per almeno 10 minuti.



Lessare le chicche

- Lessate le **chicche** nel **brodo**, seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione.
- Dividete la **burrata** in 4 tocchetti per persona.



Frullare la zucca

- Scolate la **zucca** con un mestolo forato, conservando il **brodo** sul fuoco.
- Trasferitela nella padella con lo **scalogno** e rosolate a fuoco vivace per 3-4 minuti.
- Frullate zucca e scalogno, fino a ottenere una crema omogenea.
- Aggiungete qualche cucchiaino di **brodo** per regolare la cremosità, poi aggiustate di **sale**



Disporre nei piatti

- Disponete la **crema** di zucca nei piatti. Adagiate sopra le **chicche di patate**.
- Completate con le **mazzancolle** e la **burrata**.
- Guarnite con qualche fogliolina di **timo**, un filo d'**olio** e una macinata di **pepe** a piacere.

Buon Appetito!