



# Udon cremosi ai funghi e pasta di miso con latte di cocco e scalogno fritto

25 minuti • Piccante

20



Funghi Champignon



Spinacino baby



Pasta di Miso



Latte Di Cocco



Peperoncino



Cipollotto



Scalognò



Brodo Granulare Vegetale



Udon Noodles



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: Burro, Olio d'oliva, Sale, Pepe, Farina

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Funghi Champignon**	1 pezzo	2 pezzi
Spinacino baby**	100 g	200 g
Pasta di Miso <b>11</b> <b>13</b> )	1 pacchetto	2 pacchetti
Latte Di Cocco	1 pacchetto	2 pacchetti
Peperoncino 🌶️	1 pezzo	1 pezzo
Cipollotto**	1 pezzo	2 pezzi
Scalognò	1 pezzo	2 pezzi
Brodo Granulare Vegetale <b>10</b> )	1 pacchetto	2 pacchetti
Udon Noodles <b>13</b> )	1 pacchetto	2 pacchetti
Macinato misto di maiale e manzo**	200 g	400 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	495 g	100 g	595 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2029 kJ/ 485 kcal	410 kJ/ 98 kcal	2958 kJ/ 707 kcal	497 kJ/ 119 kcal
Grassi (g)	18 g	4 g	34 g	6 g
Grassi saturi (g)	14 g	3 g	21 g	3 g
Carboidrati (g)	59 g	12 g	59 g	10 g
Zuccheri (g)	6 g	1 g	6 g	1 g
Fibre (g)	7 g	2 g	7 g	1 g
Proteine (g)	19 g	4 g	37 g	6 g
Sale (g)	4 g	1 g	4 g	1 g

## Allergeni

**10**) Sedano **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 [helloworldfresh.it](http://helloworldfresh.it)

1



## Cuocere i funghi

- Tagliate il **cipollotto** a rondelle fini, separando la parte bianca della quella verde.
- Scaldate bene una padella con un filo d'olio su fuoco medio-alto e rosolate i **funghi** per 4-5 minuti, mescolando ogni tanto.
- Aggiungete una noce di **burro**, la parte bianca del **cipollotto**, un pizzico di **sale**, **pepe** e cuocete per 3-4 minuti, finché i funghi saranno dorati.
- Bagnate con 250 ml d'**acqua** (circa un bicchiere) per 2 persone. Aggiungete il **miso**, il **brodo granulare** e cuocete per 5 minuti a fuoco medio.

3



## Cuocere i noodles

**TIP: le basse temperature causano la formazione di grumi nel latte di cocco, agitatene energicamente la confezione prima di aprirlo per renderne omogenea la consistenza.**

- Incorporate il **latte di cocco** nella padella coi **funghi** e mescolate bene.
- Aggiungete quindi anche **noodles** e **spinaci** (ricordate di lavarli bene) e, se desiderate che la zuppa sia più brodosa, un altro goccio d'**acqua**. Coprite con un coperchio e cuocete per 3-4 minuti.
- Riducete il **peperoncino** a rondelle (oppure omettetelo se non gradite il piccante).

2



## Friggere lo scalognò

- Sbucciate e tagliate lo **scalognò** a rondelle sottili.
- Disponete 2 cucchiaini di **farina** in un piatto.
- Scaldate una padella su fuoco medio con un generoso filo d'**olio**.
- Passate lo **scalognò** nella **farina**, scuotetelo delicatamente per rimuovere quella in eccesso e poi friggete per 3-4 minuti, finché sarà dorato e croccante.
- Raccoglietelo con un mestolo forato e trasferite su un piatto foderato con carta da cucina per assorbire l'olio in eccesso.

**Ricetta personalizzata:** cuocete il macinato di carne a fuoco medio-alto 5-6 minuti, finché sarà opaco e scuro.

4



## Disporre nei piatti

- Distribuite i **noodles** in piatti fondi o ciotole.
- Guarnite con la parte verde del **cipollotto**, lo **scalognò** e qualche rondella di **peperoncino**.

Buon Appetito!