



# Tortiglioni alla crema di zucca e pancetta con Pecorino Romano Dop e salvia

35 minuti

5



Salvia



Tortiglioni



Zucca



Cipolla



Pecorino romano Dop



Pancetta



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

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio d'oliva



## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Salvia**	1 pezzo	2 pezzi
Tortiglioni <b>13)</b>	1 pacchetto	1 pacchetto
Zucca**	1 pezzo	1 pezzo
Cipolla	1 pezzo	1 pezzo
Pecorino romano Dop** <b>7)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Pancetta**	100 g	200 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	323 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2962 kJ/ 708 kcal	919 kJ/ 220 kcal
Grassi (g)	20 g	6 g
Grassi saturi (g)	9 g	3 g
Carboidrati (g)	96 g	30 g
Zuccheri (g)	7 g	2 g
Fibre (g)	11 g	3 g
Proteine (g)	32 g	10 g
Sale (g)	3 g	1 g

## Allergeni

**7)** Latte **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)

1



## Stufare la zucca

- Sbucciate e tritate finemente la **cipolla**.
- Scaldate una padella antiaderente con 1-2 cucchiaini d'**olio** a fuoco medio. Unite la cipolla, la **salvia**, un pizzico di **sale** e rosolate per 2-3 minuti.
- Aggiungete anche la **zucca** e fate dorare per 3-4 minuti.
- Bagnate con 100 ml d'**acqua** (circa mezzo bicchiere) per 2 persone e cuocete con il coperchio per circa 12-14 minuti, o finché la zucca sarà tenera.

3



## Lessare la pasta

- Lessate la **pasta** al dente seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione.
- Eliminate parte del grasso rilasciato dalla pancetta dalla padella e riportatela su fuoco medio-alto.
- Tenete da parte un bicchiere di **acqua di cottura**, scolate la **pasta** e trasferitela nella padella. Unite la **crema di zucca** e qualche cucchiaino di **acqua di cottura** e cuocete per 1-2 minuti, mescolando spesso.
- Spegnete il fuoco, incorporate il **pecorino** e mescolate bene.

2



## Frullare la zucca e cuocere la pancetta

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** salata.
- Eliminate la salvia e trasferite la **zucca** in un bicchiere del mixer con un filo d'**olio**, **sale** e **pepe** e frullate fino a ottenere una crema liscia e omogenea.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini d'acqua per regolare la consistenza, se necessario.
- Pulite la padella con carta da cucina, riportatela su fuoco medio-alto e soffriggete la **pancetta** per 4-5 minuti, finché sarà croccante, quindi spostatela su un piatto con carta da cucina per farla asciugare.

4



## Disporre nei piatti

- Disponete la **pasta** nei piatti.
- Guarnitela con la **pancetta** e con una macinata di **pepe** a piacere.

Buon Appetito!