

Polenta al Gorgonzola Dop e salsiccia con mix stufato di cavolo nero e verza

25 minuti

18



Polenta



Mix Verza e Cavolo nero



Aglio



Salsiccia di maiale



Gorgonzola Dop



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: Olio d'oliva, Sale, Pepe

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Polenta	1 pacchetto	1 pacchetto
Mix Verza e Cavolo nero**	1 pezzo	1 pezzo
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Salsiccia di maiale**	1 pacchetto	1 pacchetto
Gorgonzola Dop** 7)	1 pacchetto	1 pacchetto
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	500 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	357 g	100 g	417 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3718 kJ/ 889 kcal	1043 kJ/ 249 kcal	4382 kJ/ 1047 kcal	1052 kJ/ 251 kcal
Grassi (g)	29 g	8 g	40 g	10 g
Grassi saturi(g)	15 g	4 g	20 g	5 g
Carboidrati (g)	120 g	34 g	122 g	29 g
Zuccheri (g)	5 g	1 g	5 g	1 g
Fibre (g)	7 g	2 g	7 g	2 g
Proteine (g)	35 g	10 g	47 g	11 g
Sale (g)	2 g	1 g	2 g	0 g

Allergeni

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 helloworld.it



Cuocere la salsiccia

TIP: la salsiccia sarà cotta quando al centro non risulterà più rosa e umida.

- Portate a bollore 500 ml d'**acqua** leggermente salata.
- Eliminate la pelle della **salsiccia** e tritatela finemente.
- Scaldate una padella antiaderente con un filo d'**olio** e rosolate la salsiccia per 7-8 minuti, agranandola con un cucchiaio di legno.
- Quando sarà ben dorata e croccante, trasferite su un piatto e tenete da parte.



Preparare la polenta

TIP: "a pioggia" significa versare un ingrediente in maniera graduale e costante e serve a evitare la formazione di grumi.

- Per 2 persone, versate metà della **polenta** (150 g) a pioggia nella pentola con l'**acqua** bollente.
- Mescolate continuamente con una frusta o un cucchiaio di legno e cuocete per 5 minuti circa.



Cuocere il cavolo

- Riportate la stessa padella su fuoco medio con un filo d'**olio**, l'**aglio** (potete tenere la buccia), il **mix di cavolo nero e verza** e rosolate per 1-2 minuti.
- Condite con un pizzico di **sale**, bagnate con 50 ml di **acqua** (circa 5 cucchiai) per 2 persone e cuocete con il coperchio per 10-12 minuti.

Ricetta personalizzata: cuocete il macinato di carne a fuoco medio-alto per 5-6 minuti, finché risulterà dorato e non più rosa.



Disporre nei piatti

- Disponete la **polenta** nei piatti con le **verdure** e la **salsiccia**.
- Ultimate con la **salsa** al **Gorgonzola**.



Preparare la salsa

- Eliminate la crosta del **gorgonzola** e tagliatelo a tocchetti.
- Raccoglietelo in un pentolino e fate fondere a fuoco dolce per circa 5 minuti.
- Unite un cucchiaino d'**olio**, mescolate e tenete da parte.

Buon Appetito!