



Alette di pollo glassate in agrodolce

2 porzioni | con cipollotto e semi di sesamo

20 minuti • Mangiami per primo

5001



Ali di pollo



Salsa di Soia



Cipollotto



Semi Di Sesamo



Salsa agrodolce



Olio di sesamo



Paprika affumicata



Aglio



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

Dalla dispensa: 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
Ali di pollo**	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa di Soia 11 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Cipollotto**	1 pezzo	1 pezzo
Semi Di Sesamo 3)	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa agrodolce	1 pacchetto	1 pacchetto
Olio di sesamo 3)	1 pacchetto	1 pacchetto
Paprika affumicata 9)	1 pacchetto	1 pacchetto
Aglio	1 spicchio	1 spicchio

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	346 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2629 kJ/ 628 kcal	760 kJ/ 182 kcal
Grassi (g)	39 g	11 g
Grassi saturi(g)	2 g	1 g
Carboidrati (g)	11 g	3 g
Zuccheri (g)	9 g	3 g
Fibre (g)	2 g	1 g
Proteine (g)	55 g	16 g
Sale (g)	3 g	1 g

Allergeni

3) Semi di sesamo **9)** Senape **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 hellofresh.it



Preparare gli ingredienti

- Tagliate le **ali di pollo** a metà.
- Tagliate il **cipollotto** a rondelle, separando la parte bianca da quella verde
- Mescolate **salsa soia**, **salsa agrodolce**, **olio di sesamo**, metà di **semi di sesamo** (o tutto se vi piace), **aglio** sbucciato e grattugiato



Disporre nei piatti

- Disponete le **ali di pollo** nei piatti
- Guarnite con la parte verde del **cipollotto**.



Cuocere il pollo

TIP: le ali di pollo saranno cotte quando risultano bianche e asciutte al centro.

- Scaldare bene una padella con 2-3 cucchiaini d'**olio** a fuoco medio e rosolare la parte bianca del **cipollotto** per 1-2 minuti.
- Unite le **ali di pollo** e cuocete per 8-10 minuti, mescolando spesso, finché saranno dorate.
- Incorporate la **salsa** nella padella, mescolate e cuocete per altri 2-3 minuti, finché le ali risulteranno ben condite.

Buon Appetito!