



# Manzo cremoso alla Stroganoff con panna, funghi e orzo perlato

30 minuti

6



Senape



Panna Da Cucina



Funghi Champignon



Cipolla



Rosmarino



Orzo perlato



Tagliata di 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 di oliva, Farina, 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          |
|---------------------------|-------------|-------------|
| Senape <b>9)</b>          | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Panna Da Cucina <b>7)</b> | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Funghi Champignon**       | 1 pezzo     | 2 pezzi     |
| Cipolla                   | 1 pezzo     | 1 pezzo     |
| Rosmarino                 | 1 pezzo     | 1 pezzo     |
| Orzo perlato <b>13)</b>   | 1 pacchetto | 1 pacchetto |
| Tagliata di manzo**       | 1 pacchetto | 2 pacchetti |

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

|                                  | Per porzione         | Per 100g            | Per porzione         | Per 100g            |
|----------------------------------|----------------------|---------------------|----------------------|---------------------|
| per gli ingredienti non cucinati | 400 g                | 100 g               | 525 g                | 100 g               |
| Energia (kJ/kcal)                | 2506 kJ/<br>599 kcal | 627 kJ/<br>150 kcal | 3259 kJ/<br>779 kcal | 621 kJ/<br>149 kcal |
| Grassi (g)                       | 24 g                 | 6 g                 | 29 g                 | 6 g                 |
| Grassi saturi(g)                 | 10 g                 | 3 g                 | 13 g                 | 2 g                 |
| Carboidrati (g)                  | 47 g                 | 12 g                | 47 g                 | 9 g                 |
| Zuccheri (g)                     | 3 g                  | 1 g                 | 4 g                  | 1 g                 |
| Fibre (g)                        | 9 g                  | 2 g                 | 9 g                  | 2 g                 |
| Proteine (g)                     | 37 g                 | 9 g                 | 62 g                 | 12 g                |
| Sale (g)                         | 2 g                  | 0 g                 | 3 g                  | 0 g                 |

## Allergeni

7) Latte 9) Senape 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)



## Lessare l'orzo

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** salata. Usate un bollitore o coprite la pentola con un coperchio per velocizzare la bollitura.
- Lessate l'**orzo** per circa 18-20 minuti.



## Cuocere lo stufato

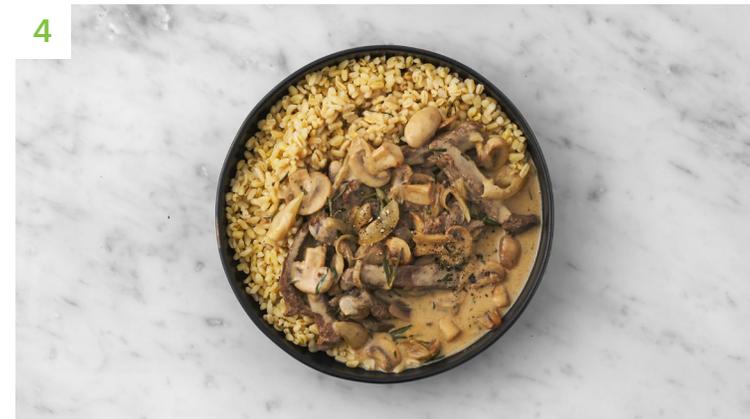
**TIP: la senape ha un sapore pungente, dosatela secondo i vostri gusti.**

- Riportate la padella sul fuoco medio con 1 cucchiaino d'**olio** e rosolate la **cipolla** con un pizzico di **sale** per 3-4 minuti. Unite i **funghi**, salate e pepate a piacere e cuocete per altri 5 minuti circa.
- Incorporate quindi la **panna**, la **carne**, un cucchiaino di **farina**, il **rosmarino**, la **senape** e mescolate bene. Unite 200 ml circa d'**acqua** (circa un bicchiere) per 2 persone e cuocete a fuoco medio-basso per 10-12 minuti, finché la salsa sarà densa e cremosa.



## Rosolare la carne

- Tagliate la **bistecca** a strisciole sottili.
- Scaldare una padella antiaderente con un filo d'**olio** e rosolate la carne per 2-3 minuti, poi spostatela in un piatto.
- Sbucciate e tagliate la **cipolla** a fettine sottili.



## Disporre nei piatti

- Scolate l'**orzo** e disponetelo nei piatti.
- Aggiungete lo **stufato** e condite a piacere con una macinata di **pepe**.

Buon Appetito!